

LAPORAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (PKM)



**MENINGKATKAN PENGETAHUAN MASYARAKAT TENTANG SERIBU HARI
PERTAMA KEHIDUPAN TERHADAP KUALITAS HIDUP DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS KARANG KITRI, MARGAHAYU, BEKASI TIMUR**

**PRODI S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MITRA KELUARGA
JAKARTA
2019**

HALAMAN PENGESAHAN KEGIATAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Judul : Meningkatkan Pengetahuan Masyarakat Tentang Pentingnya Seribu Hari Pertama Kehidupan Terhadap Kualitas Hidup Di Wilayah Kerja Puskesmas Karang kitri.

1. Ketua Pelaksana :

a. N a m a : Ns. Lina Herida Pinem, S.Kep.,M.Kep.

b. Pangkat/golongan : Asisten Ahli

2. Anggota :

a. Anggota pelaksana : 1 Orang Dosen dan 7 anggota mahasiswa

b. Anggota pelaksana : Ns. Elfrida Simamora, S. Kep.

Pembantu Pelaksana : 2 Orang Mahasiswa

1) Karin Salsabila Wibowo 201701003

2) Seruni Sekar Kirana 201401005

3. Jangka Waktu Kegiatan : 1 Minggu.

4. Bentuk Kegiatan : Penyuluhan Tentang Seribu Hari Pertama Kehidupan

5. Jumlah Peserta : 15 Orang

6. Biaya yang Diperlukan : Rp. 14. 310.000,00.

Menyetujui,
Ketua STIKes Mitra Keluarga

(Susi Hartati, S.Kp, Ns., M.Kep., Sp. Kep. An.)

Jakarta, 2 Agustus 2019
Ketua Pelaksana

(Ns. Lina Herida Pinem, S.Kep.,M.Kep.)

HALAMAN SAMPUL		i
HALAMAN PENGESAHAN		ii
DAFTAR ISI		iii
BAB I: PENDAHULUAN		
Judul		1
Analisis Situasi		1
Permasalahan Khalayak Sasaran		2
Manfaat dan Tujuan yang diharapkan		3
BAB II		
Lokasi Khalayak Sasaran		5
Sasaran		5
Solusi Permasalahan		5
Tim Pelaksana		5
Aktivitas dan metode Pelaksanaan		6
Rancangan Evaluasi		7
Rencana Anggaran		7
BAB III		
KESIMPULAN DAN SARAN		8
LAMPIRAN		10

BAB I

PENDAHULUAN

A. JUDUL

Meningkatkan Pengetahuan Masyarakat Tentang Pentingnya Seribu Hari Pertama Kehidupan Terhadap Kualitas Hidup Di Wilayah Kerja Puskesmas Karang Kitri.

B. ANALISIS SITUASI

Seribu hari pertama kehidupan (HPK) adalah periode 1000 hari yang diawali dari terjadinya konsepsi hingga anak berumur 2 tahun. Periode ini merupakan golden period sebagai waktu kritis yang menentukan perkembangan otak anak. Kurang gizi selama periode ini akan mengakibatkan kerusakan atau terhambatnya pertumbuhan yang tidak dapat diperbaiki dimasa kehidupan selanjutnya (Kemenko Kesra RI, 2012).

Pemenuhan gizi yang optimal pada periode ini menjadi salah satu faktor penentu status kognitif, kesehatan serta produktivitas anak di masa mendatang. Dampak buruk terabaikannya nutrisi pada golden period ini menimbulkan masalah jangka pendek seperti gangguan perkembangan otak, kecerdasan, gangguan pertumbuhan fisik (misal tubuh pendek/stunting) dan gangguan metabolisme tubuh serta dalam jangka panjang mengakibatkan menurunnya kemampuan kognitif dan prestasi belajar, menurunnya kekebalan tubuh dan meningkatnya risiko menderita penyakit degeneratif, kanker, stroke maupun disabilitas pada usia tua. Keseluruhan hal tersebut akan menurunkan kualitas sumber daya manusia Indonesia, produktivitas, dan daya saing bangsa (Kemenko Kesra RI, 2012).

Pemerintah Indonesia melakukan langkah percepatan perbaikan gizi masyarakat, melalui penetapan Peraturan Presiden No.42 tahun 2013 tentang Gerakan Nasional Percepatan Perbaikan Gizi masyarakat dengan prioritas pada 1000 HPK. Ibu hamil, ibu menyusui, bayi baru lahir dan anak usia di bawah 2 tahun merupakan sasaran untuk optimalisasi perkembangan otak pada 1000 HPK. Gerakan ini dilakukan sebagai bentuk upaya kolaboratif pemerintah dan masyarakat untuk mewujudkan penguatan kesadaran dan komitmen yang menjamin akses masyarakat terhadap makanan yang bergizi (Hadiat, 2015;Trisnawati et al., 2016). Naim et al., 2017 melaporkan bahwa tidak optimalnya gizi pada 1000 hari pertama kehidupan (1000 HPK) ini disebabkan belum

optimalnya kesadaran akan vitalnya pemberian ASI eksklusif maupun praktik pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) yang tidak tepat (Hadiat, 2015).

Berdasarkan uraian di atas, kami terdorong untuk melakukan pengabdian masyarakat di UPTD Puskesmas Karang Kitri Wilayah Bekasi Timur. Pengabdian ini merupakan pilot project sebagai upaya Pemberdayaan Kemitraan Masyarakat melalui revitalisasi Puskesmas sehingga Puskesmas tersebut bisa berperan sebagai pusat ASI eksklusif maupun MP-ASI sehat dalam rangka optimalisasi yang bertujuan mengoptimalkan perkembangan otak (kognitif) anak sekaligus sebagai upaya preventif dalam menurunkan prevalensi balita dengan gizi di wilayah Karang Kitri Bekasi Timur. Pilot project ini harapannya bisa berkesinambungan dan bisa sebagai rekomendasi Pemerintah dalam menentukan kebijakan selanjutnya.

C. IDENTIFIKASI DAN RUMUSAN MASALAH

Seribu hari pertama kehidupan atau Periode Emas adalah masa sejak anak dalam kandungan hingga seorang anak berusia dua tahun (Depkes, 2014). Seribu hari pertama kehidupan atau periode emas adalah periode percepatan tumbuh kembang yang dimulai sejak terbentuknya janin dalam kandungan hingga anak berusia 2 tahun.

Seribu hari pertama merupakan saat terpenting dalam tumbuh kembang anak. Seribu hari diawali ketika sang bayi dalam kandungan hingga ulang tahun kedua anak. Kehamilan 270 hari ditambah tahun pertama 365 hari dan tahun kedua 365 hari sama dengan 1.000 hari. Seribu hari itu merupakan kesempatan emas untuk membentuk anak yang sehat dan pintar hingga kemudian hari. Pada seribu hari pertama itu yang harus diperhatikan ialah nutrisi.

Nutrisi yang diterima anak pada periode 1.000 hari pertama kehidupan berpengaruh pada kemampuan anak untuk belajar dan bekerja. Pengaruh nutrisi baik terhadap masyarakat ialah terbentuk masyarakat yang sehat dan sejahtera dalam jangka panjang. Kekurangan gizi masih menjadi penyebab nomor satu kematian anak. Kekurangan gizi pada anak di bawah usia dua tahun akan menimbulkan dampak buruk yang sulit dikembalikan ke kondisi semula dan cenderung berpengaruh sampai dewasa.

Adapun akibat gizi buruk pada anak usia di bawah 1.000 hari pertama ialah yaitu menimbulkan kematian dan melemahkan sistem kekebalan tubuh sehingga anak rentan menderita penyakit pneumonia, diare, dan malaria. Selanjutnya, dampak positif jika anak mendapat nutrisi yang benar

selama 1.000 hari pertama antara lain: menyelamatkan lebih dari 1 juta nyawa setiap tahun yang akan meninggal akibat gizi buruk, mengurangi beban masyarakat dan ekonomi karena terbebas dari penyakit tuberkulosis, HIV/AIDS, dan malaria, mengurangi resiko berkembangnya penyakit tidak menular seperti diabetes dan kondisi kronis lainnya pada usia lanjut, meningkatkan pencapaian dalam bidang pendidikan dan potensi pendapatan, serta meningkatkan *Gross Domestic Bruto*, yaitu besarnya pendapatan negara, setidaknya dua hingga tiga persen per tahun.

Oleh karena itu perguruan tinggi perlu bermitra dengan Puskesmas dalam melakukan PKM sebagai upaya perbaikan gizi seribu hari pertama kehidupan dalam rangka optimalisasi sehingga dapat meningkatkan derajat kesehatan masyarakat Kabupaten Banyumas khususnya kesehatan ibu dan anak.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan masalah yang mendasari pentingnya penyuluhan ini adalah:

1. Masih rendahnya pengetahuan masyarakat tentang perkembangan otak anak pada seribu hari pertama kehidupan.
2. Masih rendahnya tingkat penyuluhan kesehatan mengenai perkembangan otak anak pada seribu hari pertama kehidupan sebagai penentu generasi bangsa.

D. Rumusan Masalah :

Dari masalah yang teridentifikasi, maka dapat dirumuskan masalah yang hendak diselesaikan dalam pengabdian pada masyarakat ini adalah:

Bagaimanakah cara meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang perkembangan otak anak pada seribu hari pertama kehidupan.

E. MANFAAT DAN TUJUAN KEGIATAN

Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah:

1. Meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai perkembangan otak anak pada seribu hari pertama kehidupan.

2. Optimalisasi program pemerintah dalam menangani masalah gizi dan kesehatan bayi.

Manfaat yang didapatkan dari kegiatan ini adalah:

1. Masyarakat Wilayah Bekasi Timur memperoleh pengetahuan tentang perkembangan otak anak pada seribu hari pertama kehidupan.
2. Memberdayakan masyarakat dalam rangka optimalisasi gerakan nasional dalam optimalisasi perkembangan otak anak pada 1000 hari pertama kehidupan.

BAB II

PELAKSANAAN KEGIATAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

A. Lokasi Khalayak Sasaran

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat dilaksanakan di UPTD Puskesmas Karang Kitri Bekasi Timur.

B. Sasaran

Khalayak sasaran pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat adalah Warga Puskesmas Karang Kitri (15 orang).

C. Solusi Permasalahan

Permasalahan yang diangkat dalam kegiatan pengabdian pada masyarakat adalah rendahnya tingkat penyuluhan kesehatan dan kesadaran masyarakat akan pentingnya kesehatan. Oleh karena itu, kerangka pemecahan masalah secara operasional sebagai berikut:

1. Melakukan koordinasi dengan UPTD Puskesmas Karang Kitri.
2. Menetapkan jumlah target peserta penyuluhan kesehatan.
3. Bekerjasama dengan UPTD Puskesmas dalam rangka mengumpulkan warga Puskesmas Karang Kitri sebanyak 15 orang warga.
4. Memberikan materi penyuluhan tentang perkembangan otak anak pada seribu hari pertama kehidupan.

D. Tim Pelaksana

Tim pelaksana kegiatan terdiri 2 orang dosen dan 2 orang mahasiswa Prodi DIII Keperawatan STIKes Mitra keluarga.

Tim Dosen terdiri dari : 1. Ns. Lina Herida Pinem, S.Kep.,M.Kep.
 2. Ns. Elfrida Simamora, S. Kep.

Mahasiswa terdiri dari : 1. Karin Salsabila Wibowo 201701003
 2. Seruni Sekar Kirana 201701005

E. Aktivitas dan Metode Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian direncanakan dari bulan Juli, dengan uraian sebagai berikut:

Tabel 1.1 Kegiatan dan Metode Pelaksanaan

No	Kegiatan	Juli			
		Minggu I	Minggu II	Minggu III	Minggu IV
Persiapan kegiatan:					
1.	Pembuatan Proposal				
2.	Observasi Lapangan				
Pelaksanaan Kegiatan:					
1.	Sosialisasi				
2.	Penyuluhan Kesehatan Perkembangan otak anak pada seribu hari pertama kehidupandi UPTD Puskesmas Karang Kitri				
Pembuatan Laporan					

Tahapan kegiatan yang sudah dilaksanakan dan hasil antara lain:

Tabel 1.2 Tahapan Kegiatan

No	Kegiatan	Waktu	Hasil	Ket.
1.	Penyuluhan kesehatan perkembangan otak anak pada seribu pertama hari kehidupan.	09.00 – 09.45	Pelaksanaan kegiatan penyuluhan kesehatan tercapai dengan baik dan dihadiri oleh warga yang berjumlah 15 orang.	

F. Rancangan Evaluasi

Adapun hasil yang dievaluasi setelah dilakukan penyuluhan kesehatan mengenai perkembangan otak anak pada seribu hari pertama kehidupan adalah sebagai berikut:

1. Masyarakat mampu menjelaskan kembali pengertian dari seribu hari pertama kehidupan.

2. Masyarakat mampu menjelaskan kembali cara menstimulasi perkembangan pada masa hamil, pada usia 0-12 bulan, dan pada usia 1-2 tahun.
3. Masyarakat mampu menyebutkan tiga dampak negative jika mengabaikan seribu hari pertama kehidupan.

G. Rencana Anggaran

Tabel 1.3 Rincian Biaya

ANGGARAN BELANJA				
KEGIATAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (PKM) TAHUN AKADEMIK 2018/2019				
PRODI KEPERAWATAN STIKes Mitra Keluarga				
Judul PKM		Meningkatkan Pengetahuan Masyarakat Tentang Pentingnya Seribu Hari Pertama Kehidupan		
Khalayak sasaran		: Ibu post natal Di Puskesmas Karang Kiri Margahayu Bekasi Timur		
Tempat PKM		: Puskesmas Karang Kiri Margahayu Bekasi Timur		
Dosen		:Ns. Lina Herida Pinem		
Mahasiswa		Ns. Elfrida, S.Kep Karin salsabila Wibowo (201701003) Seruni Sekar Kirana (201701005)		
No	Uraian	Satuan	Biaya Satuan (Rp)	Total (Rp)
1	Persiapan Pelaksanaan Kegiatan			
	a. Pembuatan Proposal			
	1) Pembelian kertas A4 80 gram	4 rim	45,000.00	180,000.00
	2) Pembelian cartridge b/w	2 buah	275,000.00	550,000.00
	3) Pembelian cartridge warna	3 buah	275,000.00	825,000.00
	6) Pembelian Baterai Kamera	5 buah	20,000.00	100,000.00
	7) Pembelian Baterai Wireless	5 buah	20,000.00	100,000.00
	b. Penggandaan Proposal	6 Paket	35,000.00	210,000.00
	c. Konsumsi Briefing Panitia	4 Paket	50,000.00	200,000.00
	d. Transport Kendaraan survei	2 keg	250,000.00	500,000.00
2	Pelaksanaan Kegiatan			
	a. Konsumsi acara	75 Paket	35,000.00	2,625,000.00
	b. ATK	75 Paket	20,000.00	1,500,000.00
	c. Penggandaan materi penyuluhan	75 Paket	10,000.00	750,000.00
	d. Penggandaan leaflet	80 Paket	4,000.00	320,000.00
	e. Penggandaan kuisioner	150 Paket	6,000.00	900,000.00
	f. Sewa Tempat	1 keg	500,000.00	500,000.00
	h. Sewa LCD dan Proyektor	1 keg	500,000.00	500,000.00
	i. Sewa sound system	1 keg	500,000.00	500,000.00
	j. Pembuatan media booklet	3 buah	350,000.00	1,050,000.00
3	Pembuatan Laporan			
	a. Konsumsi Evaluasi Rapat dengan pihak puskesmas	15 Paket	50,000.00	750,000.00
	b. Penggandaan Laporan	15 eksl	50,000.00	750,000.00
TOTAL				14,310,000.00

Bekasi, 19 Mei 2019

Wakil Ketua I



R. Yeni Mauliawati, S.Kep., M.Kep

Mengetahui
Ketua P3M



Menyetujui

Ketua PKM



Ns. Lina Herida Pinem, M.Kep

Ketua STIKes



Susi Hartati, S.Kp., M.Kep., Sp. Kep.An

Waket 2



Ridwan Arifin

BAB III

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Seribu Hari Pertama Kehidupan adalah masa sejak anak dalam kandungan hingga seorang anak berusia 2 Tahun. Masa ini disebut sebagai Periode Emas karena pada periode ini terjadi Pertumbuhan Otak yang sangat pesat yang mendukung seluruh proses pertumbuhan anak dengan sempurna. Hal ini perlu didukung dengan pemberian asupan Gizi yang seimbang. Apabila terjadi kekurangan Gizi pada Seribu Hari Pertama Kehidupan maka tidak dapat diperbaiki di masa kehidupan selanjutnya. Adapun dampaknya adalah mengakibatkan pertumbuhan anak tidak cerdas, pertumbuhan jasmani dan perkembangan kemampuan anak terhambat serta anak dapat tumbuk dengan fisik tubuh yang pendek dan anak menjadi lemah dan mudah sakit, akan sulit mengikuti pelajaran saat disekolah nantinya.

Oleh karena itu, hal hal yang harus dilakukan dalam 1000 Hari Pertama Kehidupan yaitu dimulai dari proses kehamilan, pada saat hamil harus makan berbagai lauk pauk, minum tablet besi, kontrol kehamilan secara rutin dan mengikuti kelas ibu hamil, dari proses persalinan sampai bayi berumur 6 bulan, sebaiknya di bidan atau dokter terlatih, inisiasi menyusui Dini, berikan Asi Eksklusif selama 6 bulan, rutin mengecek tumbuh kembang bayi ke Posyandu, dan Imunisasi serta pada bayi berumur 6 bulan sampai 2 tahun harus diberikan Asi dan makanan pendamping seperti pada panduan Buku KIA, berikan kapsul Vit A setahun 2 kali, berikan Imunisasi lengkap.

B. SARAN

Setelah menyelesaikan pengabdian kepada masyarakat ini, penulis memberikan beberapa saran yang dapat dilaksanakan pada waktu mendatang:

1. Kegiatan penyuluhan kesehatan ini dapat dilakukan secara kontinu dengan cara menjaring masyarakat yang lebih luas lagi sehingga yang diharapkan adalah meningkatnya pengetahuan masyarakat mengenai perkembangan otak anak pada seribu hari pertama kehidupan.

2. Dilakukan penelitian sebagai evaluasi dan pemantauan lebih lanjut terhadap dampak dari penyuluhan yang sudah diberikan terhadap masyarakat.

KEGIATAN OPTIMALISASI PERKEMBANGAN OTAK ANAK PADA 1000 HARI PERTAMA KEHIDUPAN SEBAGAI PENENTU GENERASI BANGSA DI UPTD PUSKESMAS KARANG KITRI WILAYAH BEKASI TIMUR.









SATUAN ACARA PENYULUHAN (SAP): 1000 HARI PERTAMA KEHIDUPAN

Disusun Oleh:

PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MITRA KELUARGA
BEKASI
2019**

SATUAN ACARA PENYULUHAN

Diagnosa Keperawatan : Defisiensi Pengetahuan b.d Kurangnya terpapar informasi tentang 1000 hari pertama kehidupan
 Topik : 1000 hari pertama kehidupan
 Sasaran : Warga Puskesmas Karang Kitri (15 orang)
 Waktu : 09.00 – 09.15
 Tempat : Puskesmas Karang Kitri

TIU	TIK	Materi	KBM		Metode	Alat Peraga	Evaluasi
			Mahasiswa	Warga			
Setelah dilakukan penyuluhan kesehatan selama 1 x 15 menit, diharapkan warga mampu memahami tentang 1000 hari pertama kehidupan	Setelah dilakukan penyuluhan kesehatan selama 1 x 15 menit, diharapkan warga mampu menyebutkan : 1. Pengertian 1000 hari pertama kehidupan. 2. Perkembangan pada masa 1000 hari pertama kehidupan 3. Cara menstimulasi perkembangan pada masa	1. Pengertian 1000 hari pertama kehidupan. 2. Perkembangan pada masa 1000 hari pertama kehidupan 3. Cara menstimulasi perkembangan pada masa	Pembuka (2') 1. Salam pembuka 2. Perkenalan 3. Kontrak Waktu 4. Penjelasan tujuan 5. Topic Penyuluhan/ Isi (10'): 1. Menjelaskan pengertian 1000	} Menjawab Salam } Menyetujui	Ceramah Ceramah, Diskusi	1. Laptop 2. Infokus 3. Pointer 4. Leaflet	1. Jelaskan Pengertian 1000 hari pertam kehidupan ! 2. Jelaskan cara menstimulasi perkembangan pada masa hamil, pada usia 0-12 bulan, pada 1-2 tahun ! 3. Sebutkan 3

	pada masa 1000 hari pertama kehidupan 3. Cara menstimulasi perkembangan pada masa hamil, pada usia 0-12 bulan, pada usia 1-2 tahun 4. Dampak Negatif jika mangabaikan 1000 hari pertama kehidupan	hamil, pada usia 0-12 bulan, pada usia 1-2 tahun. 4. Dampak Negatif jika mangabaikan 1000 hari pertama kehidupan	hari pertama kehidupan. 2. Menjelaskan perkembangan pada masa 1000 hari pertama kehidupan 3. Menjelaskan cara menstimulasi perkembangan pada masa hamil, pada usia 0-12 bulan, pada usia 1-2 tahun. 4. Menjelaskan dampak negatif jika mangabaikan 1000 hari pertama kehidupan Penutup (3') 1. Memberi kesempatan	Memperhatikan Bertanya			dampak negative jika mengabaikan 1000 hari pertama kehidupan !
--	--	--	---	--------------------------------------	--	--	---

			bertanya. 2. Bertanya/evaluasi 3. Menyimpulkan 4. Salam Penutup	Menjawab Memperhatika n Menjawab salam	Diskusi Tanya jawab		
--	--	--	--	--	---------------------------	--	--

PENGELOMPOKKAN GIZI ANAK



Gizi Lebih

kenaikan berat badan,
Berat Badan berlebih,
dan obesitas.



Gizi seimbang.

10 tanda umum gizi baik
:bertambah umur, tinggi
(asupan protein dan
kalsium), postur tubuh
tegap dan otot padat,
rambut berkilau dan

kuat, kulit kuku bersih tidak pucat,
wajah ceria, bibir segar, mata bening,
nafsu makan baik, BAB teratur, berge-
rak aktif bicara lapar sesuai umur, aktif,
tidur nyenyak

Gizi kurang

- Kurang Energi Protein (daging, tempe,kacang) : rentanpenyakit infeksi dan rendahnya tingkat kecerdasan.
- Anemia Gizi Besi (daging, hati, bayam) : penurunan berfikir,kemampuan fisik, penurunan antibodi (kekebalan).
- Kekurangan Iodium (garam) : hambatan pertumbuhan fisik,mental,cebol,bodoh.
- Kurang Vitamin A (wortel) : kebutaan, kurang daya tahan tubuh., bahkan kematian.

Gizi Buruk

Adalah keadaan kurang gizi yang disebabkan karena kekurangan energi dan protein dalam jangka waktu yang lama.

Dampak gizi buruk pada anak.

1. Pertumbuhan badandan perkembangan mental anak samapi dewasa terhambat.
2. Mudah terkena penyakit infeksi saluran pernafasan, diare, dan yang lebih sering terjadi
3. Bisa menyebabkan kematian bila tidak dirawat secara benar.



1000 HARI PERTAMA KEHIDUPAN



DIBUAT OLEH:

MAHASISWA DAN MAHASISWI STIKES MITRA
KELUARGA

Apa itu “1000 hari pertama kehidupan” ??

1000 Hari Pertama Kehidupan atau Periode Emas adalah masa sejak anak dalam kandungan hingga seorang anak berusia 2 tahun



Cara Menstimulasi Perkembangan

SELAMA KEHAMILAN

1. Status Gizi Baik (tidak kekurangan energi protein)
2. makanan bergizi
3. Suplement tambah besi
4. Memeriksa kehamilannya secara rutin
5. IMD dan ASI EKSKLUSIF.

PADA BAYI

- 6 bulan pertama kehidupan sangat dianjurkan diberikan ASI Eksklusif dan anak mulai bisa diajak tersenyum
- 6-8 bulan dapat diberikan ASI ditambah bubur, buah dan sayur sederhana anak juga bisa bertepuk tangan dan meniru.
- 8 -12 bulan lanjutkan ASI dan makanan sederhana. Anak

USIA 1-2 TAHUN

sumber utama anak dari daging, buah, sayur, roti, dan sumber lainnya., disarankan tetap memberikan ASI sampai usia 2 tahun

Dampak Negatif jika mangabaikan 1000 hari pertama kehidupan



- Pertumbuhan otak terhambat
- Fisik dan perkembangan anak terhambat
- Anak menjadi lemah dan mudah sakit
- Sulit mengikuti pelajaran saat bersekolah.
- Gizi kurang (mudah sakit) dan gizi buruk (bb selama 3 bln tidak naik).

