PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN SIKAP IBU HAMIL TENTANG 1000 HPK DI DESA LUMBAN INAINA DAN SABUNGAN NI HUTA I

Naomi Isabella Hutabarat[1*], Janner Pelanjani Simamora[2], Dimpu Rismawaty Nainggolan[3], Riance Mardiana Ujung[4]

[1-3]Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan

Email Korespondensi: snaomihutabarat@gmail.com

Disubmit: 10 April 2025 Diterima: 03 Juni 2025 Diterbitkan: 10 Juni 2025
Doi: https://doi.org/10.33024/jkpm.v8i7.20240

ABSTRAK

Seribu HPK (sejak masa konsepsi hingga seorang manusia berusia 2 tahun) merupakan momentum kritis yang akan menentukan kualitas generasi masa depan suatu bangsa. Periode emas merupakan pertumbuhan dan perkembangan seluruh organ dan sistem tubuh dapat terjadi secara optimal (*window of opportunity*), dimulai sejak janin dalam kandungan hingga bayi berusia 2 tahun. Sasaran dalam pengabdian ini adalah ibu hamil yang ada di wilayah kerja Puskesmas Butar dan Sipahutar sebanyak 15 orang. Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian adalah melaksanakan pre test tentang 1000 HPK pada ibu hamil, kemudian melakukan penyuluhan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang 1000 HPK. Dan diakhiri dengan Post test. Luaran pelaksanaan pengabdian masyarakat ini adalah menghasilkan karya atau artikel ilmiah yang dimuat pada jurnal nasional. Tergetnya adalah peningkatan pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang 1000 HPK dengan sumber dana mandiri. Jadwal pelaksanaan pengabdian dimulai dari Juli sampai Desember 2024. Dari hasil pengukuran pengetahuan ibu hamil dengan pre dan post test, dapat terlihat bahwa jumlah ibu hamil dengan pengetahuan baik tentang 1000 HPK meningkat dari 13,3 % menjadi 73,3 % dan pengetahuan kurang baik 73,3 % menjadi 26,7 %. Sementara dari hasil sikap diperoleh sikap positif yaitu 33,3% menjadi 86,70% dan bersikap negative dari 66,7% menjadi 13,3%. Kegiatan berlangsung dengan baik. Diharapkan kepada ibu hamil agar rutin memeriksakan kehamilannya, tetap mengikuti kelas ibu hamil, dapat mengimplementasikan pemenuhan gizi, setelah bersalin tetap memperhatikan gizi pada bayinya seperti pemberian ASI Eksklusif serta pemberian makanan tambahan sampai bayi berusia 2 tahun atau masa periode emas.

Kata Kunci: Ibu Hamil, Pengetahuan, Sikap, 1000 HPK

ABSTRACT

A thousand HPK (from conception to a 2-year-old human being) is a critical momentum that will determine the quality of a nation's future generations. The golden period is the growth and development of all organs and body systems can occur optimally (window of opportunity), starting from the fetus in the womb to the 2-year-old baby. The target in this service is pregnant women in the work area of the Butar and Sipahutar Health Centers, as many as 15 people. The method of implementing service activities is to carry out a pre-test of 1000 HPK

on pregnant women, then conduct counseling to increase the knowledge and attitude of pregnant women about 1000 HPK. And ended with a Post test. The output of this community service implementation is to produce scientific works or articles published in national journals. The target is to increase the knowledge and attitude of pregnant women about 1000 HPK. Independent source of funds. The schedule for the implementation of the service starts from July to Dec. From the results of measuring the knowledge of pregnant women with pre and post tests, it can be seen that the number of pregnant women with good knowledge about 1000 HPK increased from 13.3% to 73.3%, and poor knowledge from 73.3% to 26.7%. Meanwhile, from the results of the attitude, a positive attitude was obtained, namely 33.3% to 86.70% and a negative attitude from 66.7% to 13.3%. The activity went well. It is expected that pregnant women will regularly check their pregnancy, continue to attend pregnant women's classes and be able to implement nutritional fulfillment and after childbirth continue to pay attention to nutrition in their babies such as Exclusive Breastfeeding and supplementary feeding until the baby is 2 years old or during the golden period.

***Keywords**: Pregnant Women, Knowledge, Attitude, 1000 HPK*

1. PENDAHULUAN

Masalah kesehatan terkait status gizi pada anak masih menjadi permasalahan di dunia, terutama di negara berkembang. Indonesia merupakan salah satu negara berkembang yang memiliki masalah status gizi cukup tinggi. Upaya untuk meningkatkan status gizi harus dimulai sedini mungkin, tepatnya dimulai dari masa kehidupan janin. Di Indonesia upaya ini disebut dengan Gerakan 1000 Hari Pertama Kehidupan disingkat dengan 1000 HPK (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Pemerintah sedari awal telah berupaya menggalakkan ”Gerakan 1000 HPK” yang merupakan gerakan percepatan perbaikan gizi yang diadopsi dari ”*Scaling Up-Nutrition (SUN) Movement”*. Meskipun percepatan penurunan masalah gizi belum dapat teratasi secara maksimal di berbagai daerah, diharapkan dengan berjalannya gerakan ini masalah gizi dapat terus menurun dan nantinya dapat mencetak generasi yang sehat dan cerdas (Beal et al., 2018).

Percepatan penurunan stunting memerlukan strategi dan metode baru yang lebih kolaboratif dan berkesinambungan mulai dari hulu hingga hilir. Untuk melakukan percepatan penurunan prevalensi stunting, pemerintah mencanangkan target menjadi 14 persen pada tahun 2024. Hasil Survei Status Gizi Balita Indonesia menunjukkan bahwa prevalensi stunting di Indonesia tahun 2022 berhasil ditekan menjadi 21,6 (Mappamadeng et al., 2021).

Dari hasil SSGI tahun 2022 prevalensi stunting secara nasional dari tahun 2018 sampai dengan tahun 2022 terjadi penurunan namun masih jauh dalam target nasional tahun 2024 sebesar 14 %. Prevalensi stunting 2019 sebesar 27,7 %, 2021 sebesar 24,4 % dan tahun 2022 sebesar 21,6%. Dari hasil laporan *SSGI*, bahwa prevalensi stunting di Provinsi Sumatera Utara tahun 2022 adalah sebesar 21,1 % sedangkan di Kabupaten Tapanuli Utara tahun 2022 sebesar 27,4 % (Kemenkes RI, 2022).

Stunting terjadi akibat kekurangan gizi terutama pada saat 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). 1000 HPK (sejak masa konsepsi hingga seorang manusia berusia 2 tahun) merupakan momentum kritis yang akan

menentukan kualitas generasi masa depan suatu bangsa. 1000 HPK adalah periode emas dimana pertumbuhan dan perkembangan seluruh organ dan sistem tubuh dapat terjadi secara optimal (*window of opportunity*), dimulai sejak janin dalam kandungan hingga bayi berusia dua tahun (Kunthi, 2018). Ibu hamil, ibu menyusui, bayi baru lahir dan anak usia di bawah dua tahun (baduta) merupakan kelompok sasaran untuk meningkatkan kualitas kehidupan 1000 hari pertama manusia (Andreansyah, 2015).

Salah satu upaya untuk merubah pengetahuan dan sikap ibu terhadap 1000 HPK adalah dengan memberikan pendidikan kesehatan. Keberhasilan pendidikan kesehatan tergantung kepada komponen pembelajaran, salah satunya media pendidikan. Media mempunyai peranan yang sangat penting dalam menentukan proses penyampaian pesan. Pemilihan media yang tepat akan membantu keberhasilan proses tersebut, sebaliknya penggunaan media yang tidak tepat akan menyulitkan penerima pesan. Media pendidikan gizi dan kesehatan tidak kalah pentingnya dalam proses penyampaian informasi kesehatan. Salah satu media yang digunakan adalah media booklet dan poster (Fransiska & Mayes, 2021).

Leaflet adalah sarana komunikasi yang dicetak di atas kertas, dilipat dalam 2-3 bagian. Isi leaflet adalah informasi atau pesan, bisa terkait pemasaran jasa dan produk atau edukasi, kepada masyarakat luas. Leaflet merupakan sarana publikasi singkat yang berbentuk selebaran kertas dan berukuran kecil. Biasanya selebaran kertas ini berisikan informasi suatu hal yang perlu disebarkan kepada khalayak ramai. Pada umumnya leaflet terdiri dari 200 sampai 400 karakter atau huruf yang ditata dan disertai gambar untuk mendukung isi leaflet tersebut (Ichsan Trisutrisno, dkk, 2021).

Begitu juga dari sekian banyak cara persiapan ibu hamil dalam menghadapi 1000 HPK yakni melakukan perubahan pada aspek kognitif dengan pemberian edukasi melalui penyuluhan kesehatan menggunakan metode leaflet yang bermanfaat untuk mempermudah dan mempercepat pemahaman penerima pesan terhadap pesan yang disajikan (Dewi Sartika Siagian, 2022).

Masalah stunting masih menjadi episode panjang masalah kesehatan balita di Indonesia. Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi kronis terutama pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Anak dengan stunting biasanya ditandai dengan tinggi badan yang sangat pendek hingga melampaui defisit 2 SD (-2SD) di bawah median panjang atau tinggi badan berdasarkan umur. Dampak dari stunting tidak hanya pada tinggi badan yang kurang namun juga perkembangan intelektual, kognitif, motorik yang buruk dan bahkan mengurangi produktivitas sehingga menyebabkan kerugian ekonomi di masa depan (Yurenda Aurelia, 2024).

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk meneliti "Peningkatan pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang 1000 HPK di Desa Lumban Inaina dan Sabungan Nihuta 1 Tahun 2024".

2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Berdasarkan tinjauan Tri Dharma Perguruan Tinggi diharapkan kontribusi Prodi Kebidanan Tapanuli Utara dalam Pengabdian kepada Masyarakat yang dapat memberikan nilai plus dalam penyuluhan tentang 1000 HPK untuk peningkatan pengetahuan dan sikap ibu hamil. Bagaimana

pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang 1000 HPK menggunakan media leaflet di Desa Lumban Inaina dan Sabungan Ni Huta 1?

Gambar 1. Peta Lokasi Puskesmas Butar Desa Lumban Inaina

Gambar 2. Peta Lokasi Puskesmas Sipahutar Poskesdes Sabungan Ni Huta I

3. KAJIAN PUSTAKA

a. Pendidikan kesehatan

Pendidikan kesehatan adalah beberapa kombinasi dari pengalaman belajar yang didesain untuk membantu individu dan komunitas untuk meningkatkan kesehatan dengan cara meningkatkan pengetahuan dan memengaruhi sikap mereka.

Tujuan pendidikan kesehatan yaitu menjadikan kesehatan sesuatu yang bernilai di masyarakat, menolong individu agar mampu secara mandiri atau berkelompok mengadakan kegiatan untuk mencapai tujuan hidup sehat, dan mendorong pengembangan dan penggunaan secara tepat sarana pelayanan kesehatan yang ada.

b. Media Leaflet

a) Pengertian Leaflet

Leaflet adalah sarana komunikasi yang dicetak di atas kertas, dilipat dalam 2-3 bagian. Isi leaflet adalah informasi atau pesan, bisa terkait pemasaran jasa dan produk atau edukasi, kepada masyarakat luas.

Leaflet merupakan sarana publikasi singkat yang berbentuk selebaran kertas dan berukuran kecil. Biasanya selebaran kertas ini berisikan informasi suatu hal yang perlu disebarkan kepada khalayak ramai. Pada umumnya leaflet terdiri dari 200 sampai 400 karakter atau huruf yang ditata dan disertai gambar untuk mendukung isi leaflet tersebut.

b) Ciri-ciri Leaflet

Adapun ciri-ciri leaflet adalah sebagai berikut :

1) Desainnya terdiri dari dua muka halaman yang dirancang sesuai dengan bentuk lipatan kertas

2) Informasi singkat, padat dan jelas
3) Informasi yang disampaikan antara lain : logo, produk/perusahaan, alamat lengkap dan programnya
4) Gambar yang ditampilkan sesuai dengan informasi pada leaflet
5) Tata letak gambar biasa diarahkan sebagai pengisi bidang untuk mengejar komposisi
6) Warna yang cerah agar pembaca lebih bergairah untuk membaca leaflet
7) Lembaran kertas berukuran kecil yang dicetak
8) Dilipat maupun tidak dilipat
9) Tulisan terdiri dari 200-400 kata/huruf dengan tulisan cetak biasanya juga diselingi gambar
10) Ukuran biasanya 20-30 cm

c) Fungsi leaflet dan kegunaannya

Pada umumnya leaflet terdiri atas 200-400 karakter atau huruf yang ditata dan disertai gambar untuk mendukung isi leaflet. Berikut adalah fungsi dan kegunaan leaflet yang wajib diketahui :

1) Sebagai sarana promosi

Fungsi leaflet yang pertama adalah sebagai alat/sarana untuk mempromosikan suatu produk, jasa, bisnis. Dengan menyebarkan leaflet, memperkenalkan usaha, bisnis atau kegiatan yang dilakukan kepada khalayak umum sehingga mereka akan lebih menyadari keberadaan usaha atau kegiatan yang dimiliki. Promosi menggunakan selebaran atau leaflet sangat efektif karena mudah dibawa kemana saja dan mudah mendapatkan informasi utama dari suatu produk atau usaha yang sedang dipromosikan.

2) Sebagai sarana informasi

Fungsi leaflet yang kedua sebagai alat/sarana informasi akan suatu bisnis, usaha, gerakan, acara dan lain sebagainya, sehingga informasi dapat diketahui masyarakat luas.

3) Sebagai sarana identifikasi

Leaflet memiliki fungsi untuk memperkenalkan sebuah perusahaan melalui logo yang terpampang pada selebaran tersebut. Agar dapat memudahkan pembaca untuk mengidentifikasi perusahaan yang memberikan selebaran.

d) Kelebihan dan kekurangan leaflet

Setiap jenis alat promosi tentunya memiliki kelebihan dan kekurangannya, hal tersebut juga termasuk pada leaflet. Leaflet memiliki beberapa keunggulan atau kelebihan dibandingkan alat promosi lainnya, walupun juga memiliki beberapa kekurangan dan penjelasannya.

Kelebihan Leaflet

Di bawah ini adalah kelebihan leaflet dibandingkan dengan alat pemasaran lainnya.

1) Dapat disimpan lama
2) Materi dicetak unik
3) Sebagai referensi
4) Jangkauan luas membantu media lain
5) Dapat disebarluaskan dan dibaca atau dilihat oleh khalayak ramai, target yang lebih luas
6) Isi dapat dicetak kembali dan dapat sebagai bahan diskusi
7) Biaya produksi leaflet lebih murah dibandingkan alat promosi lainnya

8) Mudah dibawa

Kekurangan Leaflet

Sedangkan kekurangan atau kelemahan leaflet adalah sebagai berikut :

1) Tingkat buta huruf yang tinggi mengurangi efektivitas dan manfaat dari pesan dicetak
2) Percetakan memerlukan operasi khusus, yang luas, dan dukungan logistik
3) Diseminasi memakan waktu dan mahal
4) Membutuhkan penggunaan fasilitas khusus dan koordinasi kompleks
5) Sebagai bahan cetakan harus secara fisik dikirim ke target audience
6) Pesaing dapat mencegah atau mengganggu penyebarannya

c. Media Booklet

Boklet adalah buku berukuran kecil yang didesain untuk mengedukasi pembaca dengan tips dan strategi menyelesaikan masalah. Booklet biasanya terdiri dari 16-24 halaman dan berukuran 3,5 x 8,5 inchi.

a) Kelebihan Media Booklet

Kelebihan media booklet digunakan untuk belajar mandiri, pembaca dapat mempelajari isinya dengan santai, informasi dapat dibagikan dengan keluarga dan teman, mudah dibuat, diperbanyak dan diperbaiki serta mudah disesuaikan, dapat dibuat secara sederhana dengan biaya relatif murah, awat dan dapat memuat banyak pesan, isi informasi media dapat diproduksi dengan ekonomis dan didistribusikan dengan mudah.

b) Kelemahan Media Booklet

Kelemahan media booklet, biaya percetakan akan mahal apabila ingin menampilkan efek visual yang lebih bagus, tidak dapat menampilkan gerak dalam halaman media (Utami, 2018).

d. Media Poster

Menurut Sabri, poster merupakan penggambaran yang ditunjukkan sebagai pemberitahuan, peringatan, maupun penggugah selera yang biasanya berisi gambar-gambar. Poster merupakan suatu gambar yang mengombinasikan unsur-unsur visual seperti garis, gambar dan kata-kata yang bermaksud menarik perhatian serta mengkomunikasikan pesan secara singkat. Media poster adalah suatu pesan tertulis baik itu berupa gambar maupun tulisan yang ditujukan untuk menarik perhatian banyak orang sehingga pesan yang disampaikan dapat diterima orang lain dengan mudah (Muchlisin Riadi, 2015).

e. 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK)

Pada bayi dan anak, kekurangan gizi akan menimbulkan gangguan pertumbuhan dan perkembangan yang apabila tidak diatasi secara dini dapat berlanjut hingga dewasa. Ibu hamil, ibu menyusui, bayi baru lahir dan anak usia di bawah dua tahun (baduta) merupakan kelompok sasaran untuk meningkatkan kualitas kehidupan 1000 HPK. Seribu HPK adalah periode seribu hari mulai sejak terjadinya konsepsi hingga anak berumur 2 tahun. Periode ini disebut periode emas (*golden periode*) atau waktu yang kritis, yang jika tidak dimanfaatkan dengan baik akan terjadi kerusakan yang bersifat permanen (*window of opportunity*). Dampak tersebut tidak hanya pada pertumbuhan fisik, tetapi juga pada

perkembangan mental dan kecerdasannya, yang pada usia dewasa terlihat dari ukuran fisik yang tidak optimal serta kualitas kerja yang tidak kompetitif yang berakibat pada rendahnya produktivitas ekonomi (Fransiska & Mayes, 2021).

Periode 1000 HPK atau periode emas yang didasarkan pada fakta bahwa pada masa janin sampai 2 tahun terjadi proses tumbuh kembang yang sangat cepat dan tidak terjadi pada kelompok usia lain. Jika anak mendapat asupan gizi yang optimal maka penurunan status gizi anak bisa dicegah sejak awal (Rahayu, 2018).

Kualitas generasi bangsa yang sehat dan cerdas salah satunya ditentukan oleh pertumbuhan dan perkembangan pada periode emas. Seribu hari pertama kehidupan menjadi penting karena pada masa itu, kondisi pertumbuhan dan perkembangan anak sangat cepat dan pesat sehingga akan berdampak terhadap kesehatan pada masa yang akan datang (Toto Sudargo, Tira Aristasari, 2018).

Periode 1.000 hari pertama kehidupan menjadi sangat penting karena pada masa itu pertumbuhan dan perkembangan anak berada dalam masa yang riskan. Pada saat itu, terutama dalam kandungan, organ-organ penting mulai terbentuk dan berkembang. Setelah itu, masa 2 tahun setelah kelahiran merupakan masa anak mulai beradaptasi dengan lingkungannya, berkembang dan mulai berfungsinya organ-organ, serta merupakan puncak perkembangan fungsi kognisi anak. Seribu hari pertama kehidupan menjadi riskan bagi anak untuk terjadi gangguan terutama karena asupan zat gizi yang kurang maupun berlebih. Kedua hal tersebut tentunya tidak baik untuk kesehatan anak. Di Indonesia, hal yang sering terjadi ialah kurang asupan zat gizi (Toto Sudargo, Tira Aristasari, 2018).

Pada 1000 hari pertama kehidupan (HPK) otak anak berkembang dengan pesat, meskipun otak manusia akan terus berkembang dan dapat mengalami perubahan sepanjang hidup, inilah masa perkembangan paling cepat. Apa yang terjadi pada diri anak pada masa sensitif ini akan menjadi pondasi bagi pertumbuhan dan perkembangan anak pada tahapan selanjutnya, bahkan cerdampak hingga masa dewasa. Oleh karena itu, pendidikan keluarga tentang pemenuhan gizi dan pemberian stimulasi yang baik pada 1000 hari pertama kehisupan anak menjadi kunci (Kemendikbud, 2019).

Kecukupan gizi yang optimal selama 1000 HPK membuat kemampuan anak tumbuh dan berkembang serta belajar lebih baik. Hasil pemeriksaan IQ anak usia 22 bulan dapat menjadi indikator kemampuan akademik di usia dewasa (Kementerian Kesehatan RI, 2016).

f. Pengetahuan (Knowledge)

Pengetahuan adalah hasil dari tahu, terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu (Notoadmojo, 2018).

Adapun tingkatan pengetahuan sebagai berikut:

a) Tahu (*know*)
b) Memahami (*comprehension*)
c) Aplikasi (*application*)
d) Analisis (*analysis*)
e) Sintesis (*synthesis*)
f) Evaluasi

Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang ingin diukur dari responden (Wawan, dkk, 2018).

g. Sikap

Sikap adalah suatu bentuk perasaan mendukung atau memihak (favourable) maupun perasaan tidak mendukung (unfavourable) pada suatu objek. Sikap adalah reaksi atau respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu objek. Sikap adalah suatu keadaan mudah terpengaruh terhadap seseorang, ide, atau suatu objek (Wawan, dkk, 2018).

a) Tingkatan sikap yaitu:
b) Menerima (*receiving*)
c) Merespon (*responding*)
d) Mengahargai (*valueing*)
e) Bertanggungjawab (*responsible*)
f) Praktik atau tindakan (*proactive*)

Kriteria pengukuran sikap ada dua macam yaitu sikap positif (*Faorable*) dan sikap negatif (*Unfavorable*) yaitu Sangat Setuju, Setuju, Tidak Setuju, dan Sangat Tidak Setuju. Skor standar yang biasa digunakan dalam skala model *Likert* adalah skor T (Wawan, dkk, 2018).

h. Tujuan Pengabdian Masyarakat

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini bertujuan untuk menambah pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang 1000 HPK sehingga ada perubahan untuk hari mendatang kepada bayi sampai berusia 2 tahun khususnya dan umumnya sampai dewasa.

4. METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah melaksanakan survey awal ke Puskesmas Butar Desa Lumban Inaina dan Puskesmas Sipahutar Desa Sabungan Ni Huta I. Kemudian memberikan informasi tentang kegiatan pengabdian kepada masyarakat kepada Bidan Koordinator Puskesmas. Kegiatan dimulai dengan melaksanakan pre test mengenai pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang 1000 HPK sebelum diberikan penyuluhan, memberikan penyuluhan 1000 HPK pada ibu hamil. Sebelum kegiatan berakhir melaksanakan post test untuk mengetahui peningkatan pengetahuan dan sikap ibu hamil sebelum penyuluhan. Peserta kegiatan penyuluhan pada ibu hamil sebanyak 15 orang tentang 1000 HPK dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu hamil.

5. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang peningkatan pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang 1000 HPK yang berasal dari 2 lokasi yang berada di wilayah kerja Puskesmas Butar yaitu Poskesdes Lumban Inaina dan Puskesmas Sipahutar yaitu Poskesdes Sabungan Ni Huta I. Kegiatan dapat dilihat seperti tabel di bawah ini:

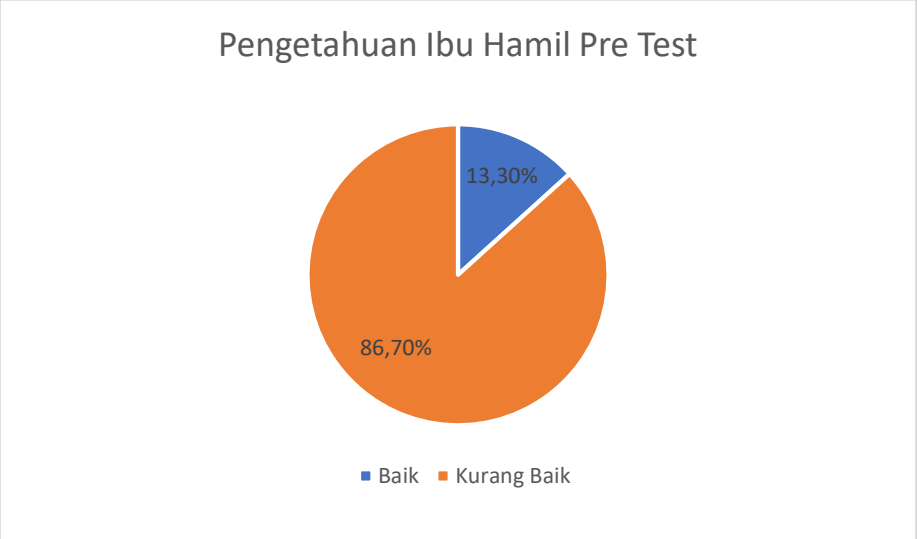
Tabel 1. Distribusi ibu hamil tentang 1000 HPK

NO	Nama Poskesdes	Nama Bidan Pj Poskesdes	Jumlah Ibu Hamil
1	Poskesdes Lumban Inaina	Bid. Intan Sihombing, S.Keb	6
2	Poskesdes Sabungan Ni Huta I	Bid. Lilianti Tambunan, S.Keb	9
	JUMLAH		15

1) Pre Test

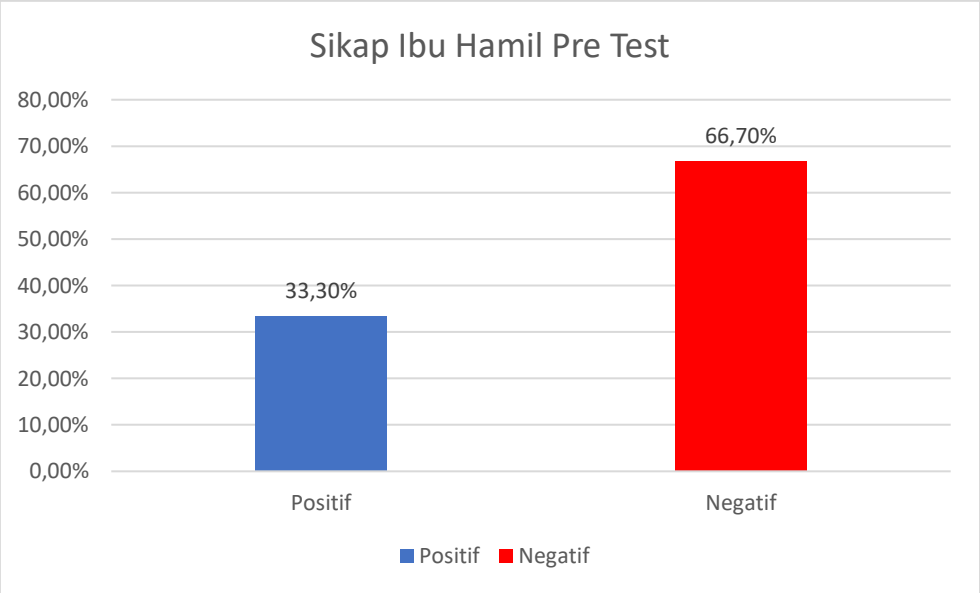
Hasil pre test pengetahuan dan sikap ibu hamil pada tanggal 18 Oktober 2024 pukul 10.00 sampai dengan selesai di wilayah kerja Puskesmas Butar yaitu Poskesdes Lumban Inaina dengan jumlah ibu hamil sebanyak 6 orang dan Puskesmas Sipahutar yaitu Poskesdes Sabungan Ni Huta I pada tanggal 25 Oktober 2024 pukul 10.00 sampai dengan selesai sebanyak 9 orang dengan jumlah total 15 orang.

Hasil pengukuran pre test pengetahuan ibu hamil 1000 HPK pada Ibu hamil didapatkan bahwa Ibu hamil dengan pengetahuan baik berjumlah 2 orang (13,3 %), dan pengetahuan kurang baik berjumlah 13 orang (86,7 %).



Gambar 3. Hasil Pre Test Pengetahuan Ibu Hamil

Hasil pengukuran pre test sikap ibu hamil 1000 HPK pada Ibu hamil didapatkan bahwa Ibu hamil dengan sikap positif berjumlah 5 orang (33,3%), dan sikap negatif berjumlah 10 orang (66,7 %).



Gambar 4. Sikap Ibu Hamil Pre Test

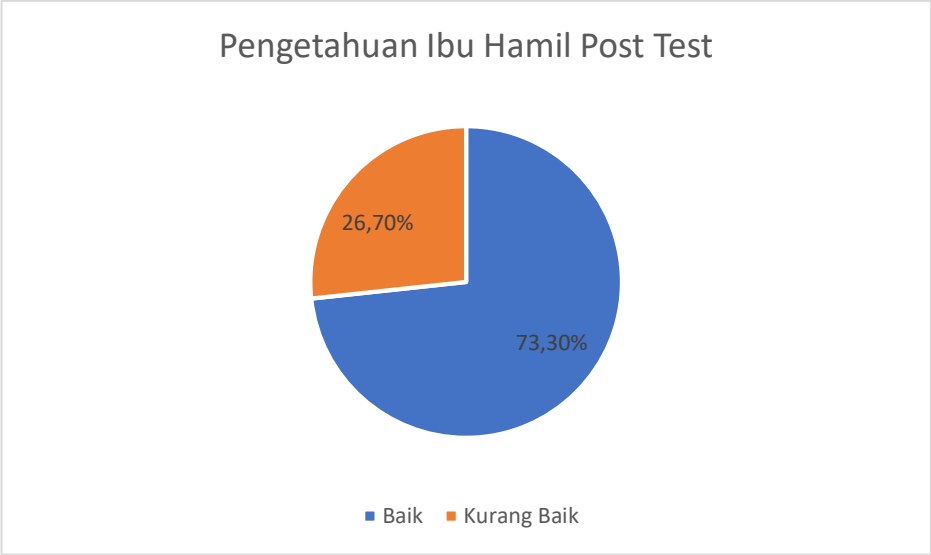
2) Pelaksanaan Penyuluhan tentang 1000 HPK

Kegiatan penyuluhan dilaksanakan untuk peningkatan pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang 1000 HPK. Tim pengabdi menyampaikan materi melalui leaflet tentang 1000 HPK. Dalam kegiatan peningkatan pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang 1000 HPK, responden sangat antusias mengikuti kegiatan peningkatan pengetahuan dan sikap ibu hamil. Kegiatan diskusi berlangsung sangat menarik, dimana ada responden yang memberikan pertanyaan terkait seputar kehamilan pada ibu hamil, pemeriksaan kehamilan setiap bulannya. Untuk memperlancar komunikasi antara pengabdi dan sasaran, leaflet dibagikan pada ibu hamil dan disepakati dibuatkan grup *Whatts App*.

3) Post Test

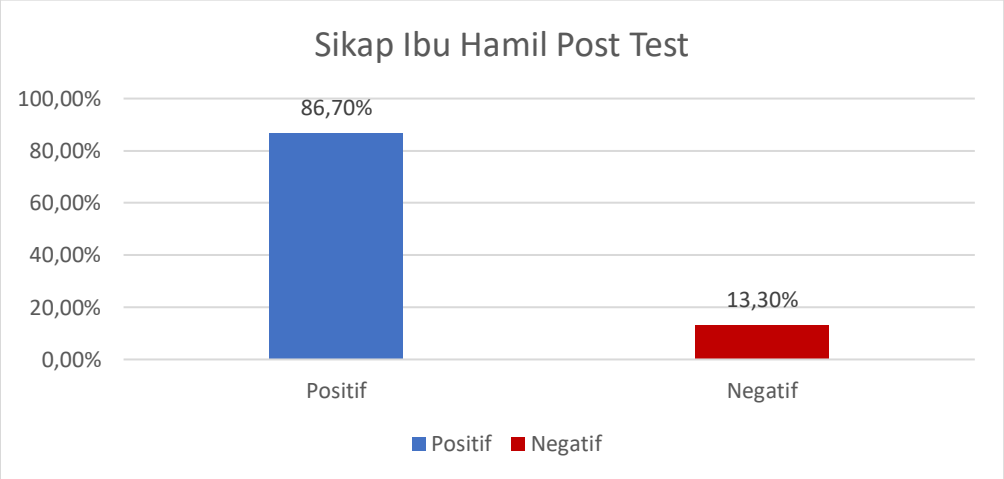
Pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang 1000 HPK mengenai post test dilakukan di Puskesmas Butar yaitu Poskesdes Lumban Inaina pada tanggal 7 November 2024 pukul 10.00 Wib sampai dengan selesai sebanyak 6 orang dan Puskesmas Sipahutar yaitu Poskesdes Sabungan Ni Huta I pada tanggal 13 November 2024 pukul 10.00 Wib sampai dengan selesai sebanyak 9 orang dengan jumlah total 15 orang. Kegiatan Post test dilaksanakan 12-14 hari setelah pelaksanaan penyuluhan.

Hasil pengukuran post test pengetahuan ibu hamil tentang 1000 HPK diperoleh tingkat pengetahuan ibu hamil yaitu baik sebanyak 11 orang (73,3%) dan pengetahuan kurang baik 4 orang ibu hamil (26,7 %).



Gambar 5. Pengetahuan Ibu Hamil Post Test

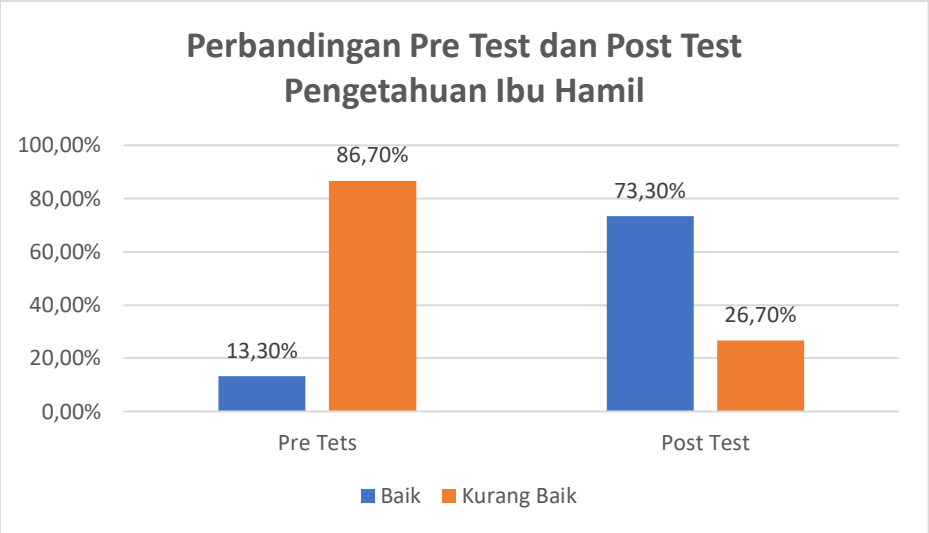
Sikap ibu hamil tentang 1000 HPK yaitu positif berjumlah 13 Orang (86,7%) sedangkan sikap negatif ibu hamil berjumlah 2 Orang (13,3%).



Gambar 6. Sikap Ibu Hamil Post Test

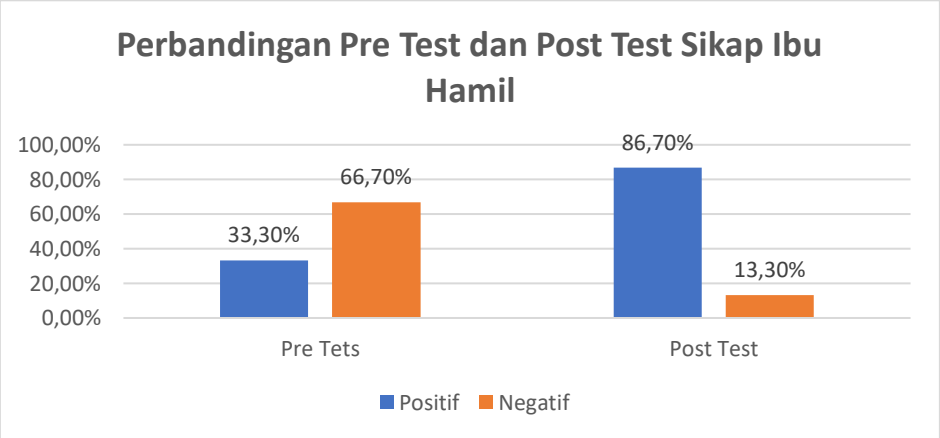
4) Analisis Pre Test dan Post Test mengenai pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang 1000 HPK

Dari hasil pengukuran pengetahuan ibu hamil dengan pre test dan post test, dapat terlihat bahwa jumlah ibu hamil dengan pengetahuan baik tentang 1000 HPK meningkat dari 13,3 % menjadi 73,3 %, dan pengetahuan kurang baik 73,3 % menjadi 26,7 %. Perbandingan hasil pengukuruan pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang 1000 HPK untuk Pre dan Post test dapat dilihat pada gambar berikut:



Gambar 7. Perbandingan hasil pengetahuan pre dan post test

Dapat terlihat bahwa sikap ibu hamil tentang 1000 HPK adalah sikap positif yaitu 33,3% menjadi 86,70% dan bersikap negative dari 66,7% menjadi 13,3%.



Gambar 8. Perbandingan hasil sikap pre dan post test

b. Pembahasan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang peningkatan pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang 1000 HPK yang dilaksanakan kepada 15 ibu hamil yang berasal dari poskesdes yang berada di wilayah kerja Puskesmas Butar yaitu Poskesdes Lumban Inaina dan Puskesmas Sipahutar yaitu Poskesdes Sabungan Ni Huta I. Kegiatan pengabdian ini dimulai dengan melaksankan Pre test untuk mengukur pengetahuan Ibu hamil tentang 1000 HPK. Setelah memberikan pre test kepada ibu hamil dilanjutkan dengan memberikan penyuluhan mengenai 1000 HPK untuk mengetahui pengetahuan dan sikap ibu hamil. Pengetahuan dan sikap ibu hamil mengenai 1000 HPK dapat ibu ulang kembali melalui leaflet yang dapat dibagi oleh tim pengabdi untuk dibaca ulang di rumah masing-

masing. Setelah itu, dilakukan post test kembali untuk mengetahui pengetahuan ibu hamil terhadap 1000 HPK.

Hasil pre test dan post test menunjukkan adanya peningkatan jumlah ibu hamil yang mengerti dan memahami tentang 1000 HPK bahwa dari segi pengetahuan meningkat dari 13,3 % menjadi 73,3 %, dan pengetahuan kurang baik 73,3 % menjadi 26,7 %.

Jenjang pendidikan dan pemahaman seorang ibu juga berpartisipasi dalam memengaruhi pengetahuan seseorang. Pendidikan seseorang dapat meningkat disebabkan penyerapan informasi yang baik semakin tinggi tingkat pengetahuan dan pemahaman terhadap kesehatan, akan meningkat pula cara pandang terhadap konsep sehat dan sakit menjadi mantap yang pada akhirnya akan memengaruhi pandangan, cara hidup dan upaya seseorang untuk dapat meningkatkan derajat kesehatan.

Secara teori semakin tinggi pendidikan individu maka semakin mudah mendapatkan informasi dan mudah menerima hal-hal baru sehingga tingkat pengetahuan seseorang semakin baik. Pendidikan yang efektif diperlukan untuk mencapai tujuan yang maksimal karena pengetahuan yang baik secara bertahap akan membentuk perilaku yang positif. Maka sangat penting untuk melaksanakan program 1000 hari pertama kehidupan bayi dengan memberikan pendidikan kepada orang tua atau keluarga, khususnya ibu bayi. Ini karena tingkat pendidikan ibu akan berdampak pada apa yang mereka ketahui tentang 1000 hari pertama kehidupan bayi (Toto Sudargo, Tira Aristasari, 2018).

Pengetahuan yang meningkat pada ibu hamil terkait makanan yang perlu ditingkatkan pada ibu hamil yaitu sumber protein seperti telur, ikan, daging, ayam, susu, dll. Walaupun sebagian besar ibu hamil sudah memiliki buku Kesehatan Ibu Anak (KIA) namun penggunaannya belum maksimal sehingga dibutuhkan penyuluhan terkait isi buku KIA dan tambahan terkait pentingnya 1000 HPK untuk mencegah masalah gizi khususnya pada awal kehidupan (Rahadiyanti, 2022).

Oleh karena itu ibu hamil seharusnya tidak melewatkan Periode emas. Karena periode emas tidak hanya dimulai saat bayi dilahirkan, tetapi juga berlangsung dari usia nol kehamilan hingga usia dua tahun. Bahkan sebelum hamil harus mempersiapkan diri dengan sebaik-baiknya. Pemilihan makanan yang sehat untuk ibu hamil adalah salah satu cara untuk membantu pertumbuhan janin.

Dari segi sikap diperoleh sikap positif yaitu 33,3% menjadi 86,70% dan bersikap negative dari 66,7% menjadi 13,3%. Pengalaman meninggalkan kesan kuat yang dapat menjadi dasar pembentukan suatu sikap. Sikap lebih mudah terbentuk apabila pengalaman tersebut melibatkan faktor emosional. Sikap ibu yang positif dapat muncul melalui pribadi ibu dalam melakukan antenatal care pada kehamilan sebelumnya.

Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa ibu hamil paling banyak bersikap positif. Sikap ibu yang positif akan memengaruhi keinginan ibu untuk melakukan perilaku *Antenatal Care*. Sebaliknya, sikap ibu yang negatif akan menjadi masalah dalam melakukan antenatal care dikarenakan banyaknya ibu yang tidak mengetahui pentingnya melakukan perilaku *Antenatal Care* selama kehamilan (Candra, 2020).

Hasil penelitian Melly & Magdalena, (2018) menyatakan adanya peningkatan pengetahuan dan sikap pada responden setelah melalui

penyuluhan melalui dengan metode ceramah dan audio visual terhadap pengetahuan ibu tentang 1000 HPK dengan *p-value* = 0,000.

Dari hasil tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa dengan adanya pelaksanaan edukasi Penyuluhan tentang 1000 HPK pada ibu hamil dengan menggunakan Leaflet memberi pengaruh positif terhadap pengetahuan dan sikap ibu.

Selama seribu hari pertama kehidupan, fokus penanganan masalah gizi adalah untuk mengurangi jumlah anak balita yang pendek (*stunted*), anak balita yang kurus (*wasted*), anak yang lahir dengan berat badan rendah, dan anak yang kekurangan gizi. Selain itu, untuk mengurangi jumlah anemia pada wanita usia subur dan wanita hamil serta meningkatkan proporsi ASI eksklusif (BKKBN, 2021).

Pemberian informasi dan edukasi, pengetahuan dan sikap juga dapat dipengaruhi oleh faktor lain seperti umur, tingkat pendidikan, pekerjaan, budaya masyarakat (Pratama, 2017).

Gambar 9. Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat Di Desa Lumban Inaina

Gambar 10. Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat Di Desa Lumban Inaina

Gambar 11. Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat Di Desa Sabungan Ni Huta I

Gambar 12. Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat Di Desa Sabungan Ni Huta I

6. KESIMPULAN

Terjadi peningkatan pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang 1000 HPK melalui pelaksanaan Penyuluhan yang diberikan oleh Tim Pengabdi dengan menggunakan Leaflet, dimana selama kegiatan berlangsung ibu hamil terlihat sangat antusias mendapatkan materi yang disampaikan.

Diharapkan kepada ibu hamil agar rutin memeriksakan kehamilannya kepada Bidan dan tetap mengikuti kelas ibu hamil sesuai dengan jadwal yang ditentukan oleh wilayah kerja Puskesmas. Ibu hamil juga diharapkan agar dapat mengimplementasikan dalam pemenuhan gizi dan setelah bersalin tetap memperhatikan gizi pada bayinya seperti Pemberian ASI Eksklusif serta pemberian makanan tambahan sampai bayi berusia 2 tahun atau masa periode emas.

7. DAFTAR PUSTAKA

Andreansyah. (2015). *Pengembangan Leaflet Sebagai Media Pembelajaran Geografi Pada Materi Dinamika Litosfer Dan Pengaruhnya Terhadap Kehidupan Di Muka Bumi Kelas X Di Sma Negeri 12 Semarang*.

Beal, T., Tumilowicz, A., Sutrisna, A., Izwardy, D., & Neufeld, L. M. (2018). A Review Of Child Stunting Determinants In <Scp>Indonesia</Scp>. *Maternal & Child Nutrition*, *14*(4). Https://Doi.Org/10.1111/Mcn.12617

Bkkbn. (2021). *Panduan Pelaksanaan Pendampingan Keluarga Dalam Upaya Percepatan Penurunan Stunting Di Tingkat Desa Kelurahan*.

Candra, A. (2020). *Pemeriksaan Status Gizi*. Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.

Dewi Sartika Siagian, Dkk. (2022). Penyuluhan Media Leaflet Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang 1000 Hpk Di Rokan Hilir. *Journal Of Midwifery Sempena Negeri*, 2. Http://Ejournal.Sempenanegeri.Ac.Id/Index.Php/Jk/

Fransiska, F., & Mayes, M. (2021). Menu Gizi Seimbang Dan Pemeriksaan Kesehatan Pada Balita Di Poskesdes Ria-Ria Kecamatan Pollung Kabupaten Humbang Hasundutan. *Jukeshum: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, *1*(1), 34–40. Https://Doi.Org/10.51771/Jukeshum.V1i1.26

Ichsan Trisutrisno, Dkk. (2021). *Pendidikan Dan Promosi Kesehatan Medan*.

Yayasan Kita Menulis.

Kemendikbud. (2019). *Modul Pendidikan Keluarga Pada 1000 Hari Pertama Kehidupan, Direktorat Pembinaan Pendidikan Keluarga. Direktorat Jendral Pendidikan Anak Usia Dini Dan Pendidikan Masyarakat*.

Kemenkes Ri. (2022). *Status Gizi Ssgi*.

Kementerian Kesehatan Ri. (2016). *Biro Komunikasi Dan Pelayanan Masyarakat 1000 Hpk*.

Kementerian Kesehatan Ri. (2018). *Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018*.

Mappamadeng, A. A., Kurnaesih, E., & Idris, F. P. (2021). Intervensi Edukasi Tentang Pengasuhan Anak Pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (Hpk) Di Wilayah Puskesmas Takalalla Kabupaten Soppeng. *An Idea Health Journal*, *1*(02), 126–141. Https://Doi.Org/10.53690/Ihj.V1i02.49

Muchlisin Riadi. (2015). *Media Pembelajaran Poster*. Website:Https://Www.Kajianpustaka.Com/2015/03/Media-Pembelajaran-Poster.Html

Notoadmojo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Pt Rineka Cipta.

Pratama. (2017). Pengaruh Edukasi Gerakan 1000 Hpk Terhadap Perbaikan Pola Makan Ibu Hamil Risti Di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungmundu Lkota Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, *5*.

Rahadiyanti, A. (2022). Pemberdayaan Ibu Pada 1000 Hari Pertama Kehidupan Untuk Generasi Lebih Baik. *Jppm (Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat)*, *6*(1), 139. Https://Doi.Org/10.30595/Jppm.V6i1.7558

Rahayu. (2018). *Buku Ajar Gizi 1000 Hari Pertama Kehidupan*. Cv Mine.

Toto Sudargo, Tira Aristasari, A. A. (2018). *1000 Hari Pertama Kehidupan*. Gadjah Mada University Press.

Utami. (2018). *Pengembangan Media Booklet Teknik Kaitan Untuk Siswa Kelas X Smk N I Sapto Sari Gunung Kidul*. Direktur Univ Yogyakarta.

Wawan, Dkk. (2018). *Teori Dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Manusia Dilengkapi Contoh Kuesioner*. Nuha Medika.

Yurenda Aurelia. (2024). *1000 Hpk Kunci Cegah Stunting*.