



**EDUKASI 1000 HARI PERTAMA KEHIDUPAN DENGAN PENDEKATAN
KELUARGA DI DESA LOMBUEA KECAMATAN MORAMO UTARA**

***EDUCATION FOR THE FIRST 1000 DAYS OF LIFE WITH A FAMILY APPROACH IN
LOMBUEA VILLAGE NORTH MORAMO DISTRICT***

Hartati Bahar¹, Sartiah Yusran², Hariati Lestari³, Paridah⁴

¹²³⁴ **Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Halu Oleo**

*¹hartati.bahar@uho.co.id, ²s.yusran@uho.ac.id, ³haryati.lestari@uho.ac.id,

⁴paridahwajo@gmail.com

Article History:

Received: August 16th, 2024

Revised: October 10th, 2024

Published: October 15th, 2024

Abstract: *HPK is the determinant of the next thousand days after a child is born. This period is usually called the golden period which determines a child's growth and development until adulthood. Empowering families, especially mothers, for family health needs to be optimized to act as the main driver in empowering families. Healthy mothers can also break the chain of malnutrition among women through the 1000 HPK Movement. This activity aims to increase mothers' knowledge about 1000 HPK in Lombuea Village. The method used in this education is an interactive lecture method and uses power point percentage media and video playback accompanied by simulations and demonstrations. The results of this education show that there is a significant difference between the average pre-test results and post-test results with the standard deviation before education being 1.674 and after education being 1.015 so it can be concluded that there is a difference in knowledge before and after being given the 1000 HPK education with the statistical test results. with the T test, the p value is $0.00 < 0.05$, meaning there is a difference in knowledge before and after being given 1000 HPK education to mothers in Lombuea Village.*

Keywords: *Education, Family Approach, Mother, 1000 HPK*

Abstrak

HPK adalah penentu ribuan hari berikutnya setelah anak dilahirkan. Periode ini biasa di sebut periode emas yang menentukan tumbuh kembang anak hingga dewasa. Pemberdayaan keluarga khususnya ibu untuk kesehatan keluarga perlu dioptimalkan untuk berperan sebagai penggerak utama dalam pemberdayaan keluarga, ibu sehat juga bisa menjadi pemutus rantai kekurangan gizi pada perempuan melalui Gerakan 1000 HPK. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan ibu tentang 1000 HPK di Desa Lombuea. Metode yang digunakan dalam edukasi ini yaitu metode ceramah interaktif dan menggunakan media persentase power point dan pemutaran video juga disertai simulasi dan demostrasi. Hasil edukasi ini menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil pre-test rata-rata dan hasil post-test dengan standar deviasi sebelum edukasi

adalah 1.674 dan setelah edukasi 1.015 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan pengetahuan sebelum dan setelah diberikan edukasi 1000 HPK dengan hasil uji statistic dengan Uji T , nilai p value $0,00 < 0,05$ artinya ada perbedaan pengetahuan sebelum dan setelah diberikan edukasi 1000 HPK pada ibu di Desa Lombuea.

Kata Kunci: Edukasi, Pendekatan Keluarga, Ibu , 1000 HPK

PENDAHULUAN

Data *United Nations Children's Fund* (UNICEF), Prevalensi *overweight*, *stunting* dan *wasting* di dunia tahun 2019 menunjukkan bahwa 5,9 % balita mengalami *overweight*, 21,9 % balita mengalami *stunting* dan 7,3 % balita mengalami *wasting* dan sebagian besar kasus ini berada di Benua Afrika dan Asia¹. Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 didapatkan bahwa persentase BBLR di Indonesia sebesar 6,2 %, anak balita pendek sebesar 19,3 %, anak balita kurus sebesar 6,7 %, anak balita gizi kurang sebesar 13,8 %². Data Sulawesi Tenggara, prevalensi balita gizi kurang tahun 2019 yaitu sebesar 4,76 % yang tersebar di hamper semua kabupaten dan kota di Sultra²

Kasus masalah gizi diseluruh belahan dunia ini telah memicu Perserikatan Bangsa-bangsa membuat Gerakan yang sejalan dengan upaya mengatasi masalah gizi global dengan *Scaling Up Nutrition*(SUN) yang lebih dikenal dengan Gerakan Seribu Hari Pertama Kehidupan atau 1000 HPK. HPK adalah periode 270 hari (9 bulan) selama kehamilan dan 730 hari pertama (2 tahun) pada kehidupan pertama bayi, HPK adalah Penentu Ribuan Hari Berikutnya setelah dilahirkan. Periode ini biasa di sebut dengan periode emas yang menentukan ribuan hari berikutnya karena tumbuh kembang anak hingga dewasa sangat dipengaruhi pada masa ini. (Kemenkes RI, 2019)

Gangguan yang terjadi pada periode 1000 HPK ini akan berdampak pada kelangsungan hidup anak dan bersifat permanen serta lebih sulit untuk diperbaiki setelah anak berusia 2 tahun. Kegagalan pertumbuhan yang bisa terjadi karena kegagalan 1000 HPK misalnya gangguan perkembangan otak dan kecerdasan, Stunting, Wasting, Berat Badan Lahir Rendah (BBLR), juga gangguan metabolisme yang memicu penyakit degeneratif stroke, obesitas, diabetes, disabilitas, dan penyakit jantung coroner. Kegagalan pertumbuhan pada masa ini juga menyebabkan anak menjadi tidak kompetitif hingga rendahnya produktivitas ekonomi di masa mendatang. (BPPD, 2013)

Pada sebuah riset yang dilakukan oleh Bahar, Hartati (2020) di Gemawang Yogyakarta pemberdayaan ibu untuk kesehatan keluarga bisa dilakukan dengan pendekatan persuasif dan edukasi. Ibu dapat berperan sebagai penggerak utama dalam pemberdayaan keluarga untuk hidup sehat, ibu perlu mendapatkan perhatian khusus karena jika ibu terberdayakan, pemutusan rantai kekurangan gizi pada perempuan melalui Gerakan 1000 HPK akan menghasilkan generasi baru yang sehat dan cerdas. Pengetahuan, sikap dan tindakan seribu hari pertama kehidupan menjadi hal penting terutama ibu pada masa pertumbuhan dan perkembangan anak yang terhitung mulai dari 0 hari kehamilan sampai berusia 2 tahun. Pengetahuan ini akan meningkat seiring dengan sikap dan tindakan ibu terkait pemenuhan gizi seimbang. (Julaecha. 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Fentiana, dkk (2021) mengemukakan bahwa pengetahuan ibu tentang 1000 HPK masih rendah, begitupun penelitian Paridah dkk (2021) di Puskesmas Abeli Kota Kendari mengemukakan bahwa pengetahuan ibu tentang 1000 HPK

masih sangat kurang, terdapat 59,9 % ibu yang memiliki pengetahuan rendah dari sekitar 59 orang ibu yang dijadikan responden. Dari data ini menunjukkan edukasi kepada ibu masih sangat penting dilakukan mengingat ibu harus memiliki pengetahuan yang cukup, sikap positif dan tindakan yang baik dalam mengambil peran di 1000 HPK. Untuk Desa Lombuea hasil survei terhadap 110 keluarga menunjukkan sekitar 30 % KK yang memiliki indikator PIS-PK merah dan kuning utamanya indikator Kesehatan Ibu dan Anak sehingga tim Desa Sehat FKM UHO tergerak untuk melakukan edukasi 1000HPK pada ibu di Desa Lombuea.

METODE

Kegiatan edukasi 1000 HPK dengan pendekatan keluarga Desa Lombuea Kecamatan Moramo Utara Metode dilakukan dengan melakukan beberapa tahap :

1. Tahap sebelum kegiatan kegiatan berlangsung

Pada tahap ini dilakukan sosialisasi kepada pihak aparat desa tentang maksud dan tujuan dilakukannya edukasi, pada tahap ini hasil diskusi Tim Desa Sehat FKM UHO dan Desa Lombuea memutuskan kegiatan edukasi dilakukan sore hari pada hari Sabtu, tanggal 3 Agustus 2024 pukul 15.30 WITA. pemilihan waktu sore hari disesuaikan dengan kondisi sosial masyarakat yang hanya memiliki waktu luang di sore hari. Pada tahap ini Tim Desa Sehat FKM UHO juga menyampaikan bahwa sasaran edukasi adalah ibu RT sebagai penggerak kesehatan keluarga

2. Tahap Kegiatan Edukasi 1000 HPK dengan Pendekatan Keluarga

Penyuluhan dilakukan pada hari Sabtu, tanggal 3 Agustus 2024 pukul 15.30 WITA bertempat di Aula kantor Desa Lombuea. Edukasi ini dibagi menjadi dua sesi, sesi pertama pemaparan materi dengan metode ceramah interaktif dan menggunakan media persentase power point dan pemutaran video. Sebelum materi dimulai peserta diberikan Pre Test dengan waktu pengisian Pre Test selama 10 menit. Materi yang diberikan pada sesi ini adalah mengenal 1000 HPK, mengapa 1000HPK penting, mengenal masa pertumbuhan dan perkembangan anak, dampak buruk kekurangan gizi pada 1000 HPK, kesehatan ibu dan anak sejak saat hamil, melahirkan dan menyusui sampai anak MP ASI hingga berumur 2 tahun. Pada edukasi ini diberikan pula materi tambahan tips mencegah anak sakit dengan menjaga gizi seimbang dengan ISI PIRINGKU dan menjaga Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) enam langkah cuci tangan pakai sabun menurut WHO.

Sesi kedua dilakukan dengan melakukan simulasi 6 Langkah Cuci Tangan Pakai Sabun menurut WHO dengan gerak dan lagu, pada tahap ini peserta sangat antusias melakukan simulasi dan mempraktekkan 6 langkah cuci tangan pakai sabun membuat suasana edukasi sangat meriah, pada sesi kedua ini juga dilakukan demonstrasi ISI PIRINGKU oleh Peserta untuk menambah pengetahuan ibu tentang menu sehat dan bergizi seimbang bagi keluarga. Setelah simulasi dan demonstrasi ISI PIRINGKU dan enam langkah cuci tangan selesai peserta kembali diberikan Post Test dan waktu mengerjakan Post Test tersebut adalah 10 menit.

HASIL

Berikut akan dijabarkan hasil dari kegiatan edukasi 1000 HPK dengan pendekatan keluarga di Aula kantor Desa Lombuea adalah sebagai berikut :

Tabel 1.

Karakteristik Responden Berdasarkan Usia dan Jenis Kelamin

Usia	n	%
<35	13	39.4
>35	20	60.6
Total	30	100

Jenis Kelamin	n	%
Perempuan	33	100
Total	33	100

Sumber: Data Primer 2024

Berdasarkan tabel distribusi di atas persentase peserta Sebagian besar berumur >35 tahun yaitu sebesar 60,6 % dengan jenis kelamin 100 % perempuan. Pemilihan responden perempuan diharapkan kegiatan ini mampu meningkatkan pengetahuan, sikap dan keterampilan ibu dalam menjadi penggerak kesehatan keluarga khususnya 1000 HPK di Desa Lombuea.

Adapun hasil perubahan pengetahuan sebelum dan setelah edukasi dilakukan dapat dilihat pada tabel sebagai berikut :

Tabel 2.

Perubahan Pengetahuan Sebelum dan Setelah Edukasi

Perlakuan Test	Mean	Standar Deviasi
Pre-Test	5.36	1.674
Post-Test	7.03	1.015

Pengetahuan	t	Sig. (2-tailed)
Nilai Pre-Test dan Post-Test	-8.424	0.000

Sumber: Data Prime r2024

Uji Hipotesis

Ho: Tidak ada perbedaan rata-rata hasil *pre-test* dengan *post test*

Ha: Ada perbedaan rata-rata hasil *pre-test* dengan *post test*

Berdasarkan hasil uji statistic dengan Uji T , nilai p value $0,00 < 0,05$. Ho di tolak artinya Ada perbedaan rata-rata hasil *pre-test* dengan *post test*. Sehingga dapat disimpulkan bahwa edukasi ini berhasil meningkatkan pengetahuan ibu tentang 1000 HPK di Desa Lombuea.



Gambar 1. Foto Sosialisasi Awal Kegiatan Edukasi



Gambar 2.
Foto Proses edukasi dan Media Edukasi 1000 HPK di *Desa Lombuea*

Demonstrasi isi Piringku OLEH PESERTA



Gambar 3
Foto Simulasi Isi Piringku dan Demonstrasi 6 Langkah Cuci Tangan

PEMBAHASAN

Promosi kesehatan adalah salah satu cara untuk memecahkan masalah kesehatan. Promosi kesehatan adalah upaya meningkatkan kontrol masyarakat untuk mandiri dalam memilih faktor-faktor penentu kesehatannya meliputi upaya pendidikan kesehatan dan intervensi lingkungan. Pendidikan kesehatan masih dipercaya mampu mengubah perilaku dengan perubahan pengetahuan, sikap dan tindakan. Banyak penelitian yang telah membuktikan hal ini misalnya penelitian yang dilakukan oleh Amdadi, dkk (2021) mengemukakan bahwa ada pengaruh signifikan pelaksanaan edukasi pada ibu hamil terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang 1000 HPK dpada Di Wilayah Kerja Puskesmas Tamalate Makassar. Ibu perlu terus diberikan edukasi mengingat ibu harus memiliki pengetahuan yang cukup, sikap positif dan tindakan yang baik dalam pengambil peran di 1000 HPK. Begitu juga penelitian yang dilakukan oleh Naim, R., Juniarti, N., & Yamin, A. (2017) mengemukakan jika program edukasi berbasis

keluarga adalah efektif meningkatkan intensi ibu hamil dengan optimalisasi nutrisi pada 1000 hari pertama kehidupan ($p = 0.00$) sehingga edukasi 1000 HPK berbasis keluarga masih perlu ditingkatkan agar peran keluarga untuk hidup sehat makin optimal. Jika keluarga mendapatkan perhatian khusus dengan pemberdayaan keluarga dalam hal ini ibu maka pemutusan rantai kekurangan gizi pada perempuan melalui Gerakan 1000 HPK akan menghasilkan generasi baru yang sehat dan cerdas.

KESIMPULAN

Hasil kegiatan ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan disimpulkan bahwa edukasi ini berhasil meningkatkan pengetahuan ibu tentang 1000 HPK di Desa Lombuea.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Ucapan tulus kami sampaikan ucapan rasa terima kasih kepada seluruh pihak yang telah bahu membahu menyukseskan kegiatan ini, tim edukasi, teman-teman sejawat dan pihak Desa Lombuea. yang dengan sangat terbuka mengijinkan kami melakukan edukasi 1000 HPK ini.

DAFTAR REFERENSI

1. UNICEF. (2019). Levels And Trends In Child Malnutrition[Internet]. [cited 2021 Oct 3]. p. 1–16. Available from:<https://www.unicef.org?reports/joint-child-malnutrition-estimates-levels-and-trends-child-malnutrition-2019>
2. Kementerian Kesehatan RI. (2018). Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar. 1-220.
3. Kementerian Kesehatan RI. (2019). Kemenkes Tingkatkan Status Gizi Masyarakat. 2019 [cited 2021 Oct 3]. Available from:<https://www.kemkes.go.id/article/view/19081600004/kemkes-tingkatkan-status-gizi-masyarakat.html>
4. Badan Perencanaan Pembangunan Daerah. (2013). Kerangka Kebijakan Gerakan Nasional Percepatan Perbaikan Gizi Dalam Rangka Seribu Hari Pertama Kehidupan. Jakarta Pusat: Koordinator Bidang Kesejahteraan Rakyat. 1-60.
5. Badan Perencanaan Pembangunan Daerah. (2013). Kerangka Kebijakan Gerakan Nasional Percepatan Perbaikan Gizi Dalam Rangka Seribu Hari Pertama Kehidupan. Jakarta Pusat: Koordinator Bidang Kesejahteraan Rakyat. 1-60.
6. Bahar, H., & Muchtar, F. (2020). Strategi Promotif Dan Preventif Dalam Pencegahan Perilaku Merokok Sejak Dini Melalui Pemberdayaan Ibu Rumah Tangga (Studi Kasus Pada Pedukuhan Gemawang Yogyakarta). *Jurnal Jimkesmas UHO*, 5(4), 19–23.
7. Julaecha. (2020). Edukasi Periode Emas 1000 Hari Pertama Kehidupan. *Jurnal Abdimas Kesehatan*, 2(3):163–6.
8. Fentiana, N., Nasution, D. A., & Ginting, D. (2021). Pengetahuan 1000 HPK Ibu dan Stunting Balita di Desa Non Prioritas Stunting. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 21(3), 1184-1187.
9. Paridah, A. R. R. H. B. GAMBARAN PENGETAHUAN, SIKAP, DAN TINDAKAN IBU HAMIL TENTANG PENTINGNYA PEMENUHAN GIZI SEIMBANG PADA 1000 HARI

PERTAMA KEHIDUPAN (HPK) DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS ABELI KOTA KENDARI TAHUN 2021.

10. Amdadi, Z. A., Sabur, F., & Afriani, A. (2021). Edukasi Tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Tamalate Makassar. *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar*, 16(1), 29-36.
11. Naim, R., Juniarti, N., & Yamin, A. (2017). Pengaruh edukasi berbasis keluarga terhadap intensi ibu hamil untuk optimalisasi nutrisi pada 1000 hari pertama kehidupan. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, 5(2).