

**UPAYA PENINGKATAN PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG PENTINGNYA 1000 HARI
PERTAMA KEHIDUPAN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
TAMALATE KOTA MAKASSAR**

*Efforts To Increase Knowledge Of Pregnant Mothers About The Importance Of The First 1000 Days Of
Life In The Working Area Of The Health Center Tamalate
City Of Makassar*

Zulaeha A Amdadi¹, Afriani², Fitriati Sabur³
Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Makassar
afriani@poltekkes-mks.ac.id

ABSTRACT.

Fulfillment of optimal nutrition during the 1000 days of growth requires efforts to improve nutrition since pregnant women, babies and toddlers, so as to give birth to healthy children. Proper nutrition during this 1000 day period can have a profound impact on a child's ability to grow, learn and rise out of poverty. On a large scale and long term, it also contributes to the public health, stability and prosperity of a country. The approach taken in community service activities is to increase the knowledge of pregnant women to prevent child growth disorders by meeting nutritional needs since pregnancy. Take blood booster tablets at least 90 tablets during pregnancy. Anemia in pregnant women is more dangerous than regular anemia because it can cause premature babies and other complications during childbirth. Routinely see a gynecologist or midwife so that it can be treated immediately if a problem is detected in pregnancy. Mothers are advised to carry out the delivery process at a trained midwife or doctor who already knows the birth procedure and how to deal with complications that may arise during the birth process of the baby. The targets are pregnant women who are in the working area of Puskesmas Tamalate Makassar. The methods used are: lectures, demonstrations, discussions, and questions and answers. The results achieved were increased knowledge of pregnant women about the importance of the first 1000 days of life, increased awareness of pregnant women to monitor their health by regularly conducting pregnancy checks on midwives at Puskesmas Tamalate Makassar, increasing knowledge of mothers in improving the nutritional status of mothers during pregnancy to prepare for delivery and breastfeeding. by using a tool that is a modified hand fan.

Keywords: Knowledge, Pregnant Women, the first 1000 days of life

ABSTRAK.

Perwujudan gizi yang optimal selama masa 1000 hari pertumbuhan, diperlukan upaya perbaikan gizi sejak ibu hamil, bayi, dan balita, sehingga melahirkan anak yang sehat. Nutrisi yang tepat selama periode 1000 hari ini dapat memberi dampak besar pada kemampuan seorang anak untuk tumbuh, belajar, dan bangkit dari kemiskinan. Dalam skala besar dan jangka panjang, hal ini juga berkontribusi pada kesehatan masyarakat, stabilitas dan kemakmuran suatu Negara. Pendekatan yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian masyarakat adalah peningkatan pengetahuan ibu hamil untuk mencegah gangguan pertumbuhan anak dengan memenuhi kebutuhan gizi sejak hamil. Mengonsumsi tablet tambah darah setidaknya 90 tablet selama masa kehamilan. Anemia pada ibu hamil lebih berbahaya daripada anemia biasa karena bisa menyebabkan bayi lahir prematur dan komplikasi lain saat melahirkan. Rutin memeriksakan diri ke dokter kandungan atau bidan agar bisa segera ditangani jika terdeteksi adanya masalah pada kehamilan. Ibu disarankan untuk melakukan proses melahirkan di bidan atau dokter terlatih yang memang sudah mengetahui prosedur kelahiran dan bagaimana cara mengatasi komplikasi yang mungkin dapat muncul saat proses kelahiran bayi. Sasaran adalah ibu hamil yang berada di Wilayah kerja Puskesmas Tamalate Makassar. Metode yang digunakan adalah: ceramah, demonstrasi, diskusi, dan tanya jawab. Hasil yang dicapai adalah meningkatnya pengetahuan ibu hamil tentang pentingnya 1000 hari pertama kehidupan, meningkatnya kepedulian ibu hamil untuk memantau kesehatannya dengan melakukan pemeriksaan kehamilan pada bidan secara rutin di Puskesmas Tamalate Makassar, meningkatnya pengetahuan ibu dalam memperbaiki status gizi ibu selama kehamilan untuk persiapan persalinan dan menyusui dengan menggunakan alat bantu yaitu kipas tangan modifikasi.

Kata kunci: Pengetahuan, Ibu Hamil, 1000 hari pertama kehidupan

PENDAHULUAN

Angka kematian anak terkait dengan kemiskinan. Anak-anak dalam rumah tangga termiskin umumnya memiliki angka kematian balita lebih dari dua kali lipat daripada angka kematian balita di kelompok kuintil paling sejahtera. Hal ini karena rumah tangga yang lebih miskin kurang memiliki akses terhadap pelayanan kesehatan dan sosial yang berkualitas dan pada umumnya mempunyai tingkat pendidikan yang lebih rendah ^[1].

Dampak buruk yang dapat ditimbulkan oleh masalah gizi tersebut diatas, dalam jangka pendek adalah terganggunya perkembangan otak, kecerdasan, gangguan pertumbuhan fisik,

dan gangguan metabolisme dalam tubuh. Sementara dalam jangka panjang, akan mengakibatkan menurunnya kemampuan kognitif dan prestasi belajar, menurunnya kekebalan tubuh sehingga mudah sakit, dan risiko tinggi untuk munculnya penyakit diabetes, kegemukan, penyakit jantung dan pembuluh darah, kanker, stroke, dan disabilitas pada usia tua. Keseluruhan hal tersebut akan menurunkan kualitas sumber daya manusia Indonesia, produktivitas, dan daya saing bangsa ^[2,3].

Mutiara R (2017) dalam penelitiannya *hubungan pengetahuan 1000 hari pertama kehidupan dan dukungan keluarga dengan kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet*

fe memaparkan bahwa 10,7% ibu hamil memiliki kepatuhan yang tinggi, 33,9% memiliki kepatuhan sedang dan 55,4% memiliki kepatuhan yang rendah. Usia ibu, status bekerja, pendidikan, riwayat kehamilan dan usia kehamilan tidak memiliki hubungan dengan kepatuhan konsumsi tablet Fe. Pengetahuan 1000 Hari Pertama Kehidupan ($p=0,000$) dan dukungan keluarga ($p=0,001$) memiliki hubungan dengan kepatuhan konsumsi tablet Fe. Kepatuhan yang tinggi dimiliki oleh ibu hamil yang memiliki pengetahuan 1000 hari pertama kehidupan dan dukungan keluarga yang tinggi. Pengetahuan tentang 1000 hari pertama kehidupan pada ibu hamil adalah hal yang penting untuk mempersiapkan kehamilan yang sehat, sehingga informasi mengenai 1000 HPK perlu diberikan.

Shofiyatunnisaa (2016), dalam penelitiannya yang bertujuan untuk mengkaji perilaku ibu tentang 1000 hari pertama kehidupan dan kaitannya dengan status gizi baduta, menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara sikap dan praktik responden tentang masa perawatan bayi 0-6 bulan dengan status gizi baduta BB/TB ($p<0,05$). Ada kecenderungan hubungan antara pengetahuan pada masa kehamilan dengan status gizi BB/TB ($p=0,075$; $r=-0,247$). Hubungan yang signifikan juga didapatkan antara pengetahuan dengan sikap responden tentang gizi dan 1000 HPK ($p=0,043$; $r=0,279$), sedangkan antara pengetahuan dengan praktik responden tentang gizi dan 1000 HPK tidak ada hubungan yang signifikan ($p=0,758$; $r=0,043$), demikian pula antara sikap dengan praktik responden tentang gizi dan 1000 HPK ($p=0,364$; $r=0,127$).

Program Kemitraan Masyarakat (PKM) yang telah dilaksanakan bermitra dengan Ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Tamalate Makassar yang beralamat di Jalan Daeng Tata 1 Blok G.5/8, Mannuruki, Tamalate, Kota Makassar, Sulawesi Selatan 90224. Puskesmas Tamalate merupakan salah satu puskesmas yang memberikan pelayanan rawat jalan termasuk pelayanan kesehatan Ibu dan Anak.



Gambar 1. Mitra PKM

Beberapa permasalahan yang dihadapi oleh mitra yaitu kurangnya pengetahuan ibu hamil tentang 1000 hari pertama kehidupan,

METODE YANG DIGUNAKAN

Metode yang digunakan adalah: penyuluhan, diskusi, tanya jawab. Kegiatan awal dimulai dengan pre test berupa pemberian kuesioner sebanyak 10 soal, kemudian dilanjutkan dengan penyuluhan dan membagikan kipas tangan modifikasi yang berisi informasi tentang 1000 hari pertama kehidupan yang diberikan kepada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Tamalate Makassar. Selanjutnya dilakukan post test setelah 14 hari.

PELAKSANAAN DAN HASIL KEGIATAN



Gambar 2. Koordinasi dengan Kepala Puskesmas dan Bidan Koordinator

a. Pelaksanaan Kegiatan

Pada kegiatan pertama adalah penyuluhan tentang pentingnya 1000 hari pertama kehidupan pada ibu hamil yang dilaksanakan di Puskesmas Tamalate Makassar dengan jumlah ibu hamil yang hadir sebanyak 30 orang. Kegiatan ini juga dihadiri oleh bidan penanggungjawab dari Puskesmas Tamalate.



Gambar 3. Penjelasan tentang 1000 hari pertama kehidupan

b. Review dan Diskusi

Pada kegiatan ini dilakukan review dan diskusi tentang 1000 hari pertama kehidupan pada ibu hamil dengan menggunakan kipas tangan modifikasi, dengan harapan ibu hamil dapat memahami pentingnya 1000 hari pertama kehidupan. Kegiatan ini juga dihadiri tim Monev dari Poltekkes Kemenkes Makassar.



Gambar 4. Foto bersama Tim Monev

c. Hasil kegiatan

Hasil evaluasi yang diperoleh adalah 28 orang (93%) mengalami peningkatan pengetahuan setelah diberikan penyuluhan tentang 1000 hari pertama kehidupan. Dan terdapat 2 orang (6,6%) dengan pengetahuan yang sama dengan sebelum penyuluhan. Berdasarkan data tersebut maka rencana tindak lanjut yang dilakukan adalah dengan pemberian informasi lanjut oleh bidan yang bertugas di Puskesmas.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

1. Adanya peningkatan pengetahuan dan pemahaman ibu hamil tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan
2. Kegiatan pengabdian masyarakat berlangsung dengan baik dan berjalan dengan lancar sesuai rencana kegiatan yang telah di susun.

Saran

1. Perlunya evaluasi lanjut oleh pihak terkait terhadap program 1000 hari pertama kehidupan pada ibu hamil.
2. Perlunya kegiatan lanjutan berupa pelatihan sejenis yang selenggarakan untuk meningkatkan kesejahteraan ibu hamil.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Direktur Poltekkes Kemenkes Makassar yang telah memberikan bantuan biaya kepada kami yang dapat dipergunakan untuk melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat sebagai salah satu Tri Dharma Perguruan Tinggi. Selanjutnya kami ucapkan juga terima kasih kepada Kepala Dinas Kesehatan Kota Makassar dan Kepala Puskesmas Cendrawasih Makassar yang telah memfasilitasi sehingga kegiatan kami dapat berjalan dengan lancar. Ucapan terima kasih kepada Kepala Pusat Penelitian dan Pengabdian Masyarakat yang telah memfasilitasi dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang kami laksanakan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Woods L. Seven key reasons why the first 1000 days are critical. Available at: URL: <http://www.everychildcounts.org.nz/resources/seven-reasons/>. Accessed July 15, 2019.
2. 1000 hari pertumbuhan yang menentukan. In. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia;2014.
3. UNICEF Indonesia. Ringkasan Kajian Kesehatan Ibu dan Anak. Available at: URL: www.unicef.org. Accessed Juli 17,2019.
4. Litbangkes RI. Laporan Riset Kesehatan Dasar. In. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI;2014.
5. Litbangkes RI. Laporan Riset Kesehatan Dasar. In. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI;2018.
6. Badan Perencanaan Pembangunan Nasional (BAPPENAS). Laporan Pencapaian Tujuan Pembangunan Milenium di Indonesia 2010. In. Jakarta: Kementerian Perencanaan Pembangunan Nasional;2010.
7. Kemenkes RI. (2012). Penuhi Kebutuhan Gizi pada 1000 Hari Pertama Kehidupan.
8. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2014). 1000 Hari Pertumbuhan yang Menentukan. Jakarta

9. BAPPENAS. (2012). Laporan Pencapaian Tujuan Pembangunan Milenium di Indonesia 2012. Jakarta: Kementerian Perencanaan Pembangunan Nasional.
10. The 1000 Days Partnership. Why 1000 days. Available at: URL: <http://www.thousanddays.org>. Accessed July 15, 2019.
11. World Health Organization. Analisis Lanskap Kebijakan Kesehatan di Indonesia. Available at: URL: www.who.int. Accessed July 20, 2019.
12. Mutiara Ramadhan, 2017. *Hubungan Pengetahuan 1000 Hari Pertama Kehidupan Dan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Ibu Hamil Dalam Mengonsumsi Tablet Fe*. Universitas Air Langga. <http://repository.unair.ac.id/id/eprint/62175>. Diakses 19 Juli 2019.