

## **EFEKTIVITAS PENYULUHAN KESEHATAN 1000 HARI PERTAMA KEHIDUPAN TERHADAP MOTIVASI IBU HAMIL UNTUK MENCEGAH STUNTING**

Mela Karmelia  
Politeknik Tiara Bunda

### **ABSTRAK**

**Latar Belakang** : *efektivitas penyuluhan kesehatan 1000 hari pertama kehidupan terhadap motivasi ibu hamil untuk mencegah stunting . upaya pencegahan stunting merupakan hal yang harus dilakukan sedini mungkin. Pemerintah dan tenaga kesehatan perlu menjalin kerja sama sinergis dengan memberikan intervensi promosi kesehatan melalui penyuluhan mengenai 1000 HPK agar ibu hamil dapat menilai sendiri pentingnya menjaga status gizi kehamilan terutama pada periode 1000 HPK. **Tujuan Penelitian** : Untuk mengetahui efektivitas penyuluhan kesehatan 1000 hari pertama kehidupan terhadap motivasi ibu hamil untuk mencegah stunting . **Desain Penelitian** : Dalam penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian kuantitatif. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini merupakan pre-experimental design dengan menggunakan pendekatan one group pretest-post test design. Dengan pendekatan ini, sampel penelitian sudah diberikan pretest terlebih dahulu kemudian diberikan perlakuan atau intervensi dan selanjutnya diberikan **Hasil Penelitian** : Ada efektivitas yang signifikan penyuluhan kesehatan 1000 HPK terhadap motivasi ibu hamil trimester I untuk mencegah stunting, Sebelum diberikan penyuluhan 1000 Hari Pertama Kehidupan, sebagian besar ibu hamil trimester I memiliki motivasi sedang dan setelah diberikan penyuluhan terjadi perubahan, yang mana hampir seluruhnya memiliki motivasi yang kuat untuk mencegah terjadinya stunting, dan Ada efektivitas yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan kesehatan 1000 HPK terhadap kejadian stunting*

*Kata kunci : Stunting, 1000 hari pertama kehidupan, ibu hamil*

## Pendahuluan

Gerakan 1000 Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK) merupakan inovasi gerakan percepatan perbaikan gizi oleh Kementerian Kesehatan yang diadopsi dari gerakan global Scaling Up-Nutrition (SUN) oleh Sekretaris Jenderal PBB tahun 2010. Gerakan ini kemudian diadopsi oleh Kementerian Kesehatan pada tahun 2013 melalui penetapan Peraturan Presiden (Perpres) Nomor 42 Tahun 2013 tentang Gerakan Nasional Percepatan Perbaikan Gizi.

Periode 1000 HPK merupakan masa yang dimulai dari 270 hari pertama kehamilan hingga persalinan ditambah 730 hari sejak kelahiran hingga usia dua tahun. Ibu hamil harus menjaga asupan gizi seimbang selama 1000 HPK untuk menjaga kualitas pembentukan, pertumbuhan, dan perkembangan janin tetap optimal sejak kelahiran hingga usia 2 (dua) tahun. Masa 1000 HPK disebut sebagai periode emas karena terjadi pertumbuhan otak yang sangat cepat. Menurut Kementerian Kesehatan (2017), pertumbuhan ini bersifat irreversible sehingga kurangnya gizi selama periode emas mengakibatkan kerusakan atau terhambatnya tumbuh kembang individu yang tidak dapat diperbaiki di masa depan.

Kurangnya asupan gizi selama 1000 HPK akan berdampak pada rendahnya kemampuan kognitif dan intelegensi anak di masa depan. Keterbatasan kemampuan kognitif kemudian menghambat manusia tumbuh menjadi individu yang sehat, cerdas, produktif, penuh vitalitas dalam bekerja, serta siap membina keluarga bahagia (Kemenkes, 2017). Asupan gizi yang buruk selama 1000 HPK menyebabkan terjadinya gangguan pertumbuhan yang mencakup gizi kurang, pendek (stunting), kurus, dan gemuk (Simbolon, 2019).

Stunting sebagai kondisi gagal tumbuh pada balita (bawah lima tahun) sebagai akibat dari kekurangan gizi kronis sehingga anak tumbuh terlalu pendek untuk anak usianya. Kementerian Kesehatan mendefinisikan stunting sebagai kondisi saat Panjang Badan Menurut Umur (PB/U) atau Tinggi Badan Menurut Umur (TB/U) berada sama dengan atau kurang dari minus dua standar deviasi ( $\leq -2$  SD) dari standar baku. Kondisi ini sering juga disebut sebagai kegagalan pertumbuhan linear yang terjadi selama beberapa tahun pertama kehidupan sebagai akibat asupan gizi

yang tidak memadai dan seringnya terjadi infeksi.

Kasus stunting merupakan salah satu masalah undernutrition (gizi kurang) yang kerap terjadi di Indonesia. Prevalensinya adalah sebesar 24,1% pada tahun 2020. Penyimpangan yang terjadi pada indeks antropometri ini menggambarkan masalah kurang gizi pada suatu populasi yang dapat disebabkan akibat lingkungan dan kondisi sosial ekonomi. Penelitian yang dilakukan oleh Mayasari (2019) menyatakan bahwa sanitasi dan air bersih memperbesar risiko terjadinya stunting di Jember. Status sosial ekonomi seperti pendapatan keluarga, pendidikan orang tua, pengetahuan ibu tentang gizi, dan jumlah anggota keluarga seperti yang pernah dikemukakan oleh Septiawati (2017) secara tidak langsung dapat berhubungan dengan kejadian stunting.

Berdasarkan data Pemantauan Status Gizi (PSG) tahun 2015-2017, stunting merupakan masalah gizi dengan prevalensi tertinggi di Indonesia (29,6%) disusul masalah gizi kurang (17,8%), kurus (9,5%), dan gemuk (4,6%). Meskipun mengalami penurunan, angka stunting di Indonesia tahun 2020 masih tinggi di angka 27,67%. Menteri Koordinator bidang Pembangunan Manusia dan Kebudayaan (Menko PKM) Republik Indonesia menetapkan target penurunan menjadi 14% pada tahun 2024.

Berdasarkan data dinas kesehatan kota Bekasi walaupun angka kasus stunting di Kota Bekasi telah melampaui target yang ditetapkan pemerintah pusat, namun kondisi gagal tumbuh pada anak balita ini masih ditemukan di Kota Bekasi. Terbukti, angka kasus stunting tahun 2018 sebesar 26,37% dan menurun tahun 2019 menjadi 20,93%. Pada 2020 sebesar 10,7% dan Tahun 2021 sebesar 7,9% dari sasaran balita di Kota Bekasi. Sehingga Kota Bekasi ditetapkan sebagai lokasi fokus intervensi penurunan stunting sampai dengan Tahun 2024 mendatang.

Penelitian yang dilakukan oleh Palupi (2017) menyatakan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan, sikap, dan tindakan dalam perilaku ibu hamil dalam memenuhi asupan gizi setelah diberikan penyuluhan gizi 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum dilakukan penyuluhan, terdapat sebesar 6,25% ibu hamil memiliki perilaku baik dalam memenuhi asupan gizi. Namun, setelah

dilakukan penyuluhan, angka tersebut naik menjadi 28,12%. Ningsih (2011) pun melakukan penelitian terhadap siswi di Yogyakarta dan menyimpulkan bahwa penyuluhan kesehatan berpengaruh positif terhadap motivasi dalam rangka pencegahan kanker serviks.

Wilayah kerja Puskesmas Bintara Jaya merupakan salah satu unit kesehatan yang berada di Jawa Barat. Menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) pada tahun 2018, tercatat ada 29,9% atau 2,7 juta balita yang terkena *stunting* di Jawa Barat. Berdasarkan Hasil Pemantauan Status Gizi (PSG) Puskesmas Bintara Jaya tahun 2017 pada Tridiyawati dan Handoko (2019) terdapat sebanyak 324 (16,6%) balita dengan gizi kurang. Tridiyawati melakukan penelitian terhadap 35 ibu yang mempunyai balita dengan gizi kurang dan menyimpulkan bahwa kejadian gizi kurang di wilayah kerja Puskesmas Bintara Jaya sangat berhubungan dengan tingkat pengetahuan dan status sosial ibu.

Data yang berasal dari Puskesmas Bintara Jaya menyatakan bahwa 50 dari 220 ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Bintara Jaya menderita kurang energi kronik (KEK). Angka ini hampir sama prevalensi *stunting* nasional yang berada di angka 30%. Pemerintah Provinsi Jawa Barat melakukan intervensi spesifik melalui program OMABA (Ojek Makanan Balita) dengan mengirim makanan bergizi terutama pada kasus emergensi seperti *stunting*. Penyuluhan sederhana oleh para ahli gizi juga dilakukan untuk memberikan pengetahuan kepada masyarakat di kabupaten-kabupaten dengan prevalensi *stunting* yang tinggi.

Berdasarkan data dan fakta tersebut di atas, penulis merasa bahwa upaya pencegahan *stunting* merupakan hal yang harus dilakukan sedini mungkin. Pemerintah dan tenaga kesehatan perlu menjalin kerja sama sinergis dengan memberikan intervensi promosi kesehatan melalui penyuluhan mengenai 1000 HPK agar ibu hamil dapat menilai sendiri pentingnya menjaga status gizi kehamilan terutama pada periode 1000 HPK.

## Metode

Dalam penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian kuantitatif. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini merupakan *pre-experimental design* dengan

menggunakan pendekatan *one group pretest-post test design*. Dengan pendekatan ini, sampel penelitian sudah diberikan *pretest* terlebih dahulu kemudian diberikan perlakuan atau intervensi dan selanjutnya diberikan

*posttest* untuk mengetahui perubahan yang terjadi sebelum dan sesudah diberikan intervensi.

## Hasil dan Pembahasan

### Analisis Univariat

#### Distribusi frekuensi motivasi ibu hamil

Hasil analisis frekuensi motivasi ibu hamil trimester 1 untuk mencegah *stunting* sebelum dan setelah diberikan penyuluhan 1000 hari pertama kehidupan ditunjukkan pada tabel 10.

Tabel 10. Distribusi Frekuensi Motivasi Ibu Hamil

Tabel 10. Distribusi Frekuensi Motivasi Ibu Hamil

Motivasi	Pre-test		Post-test	
	Frekuensi (n) <sup>1</sup>	Persentase (%) <sup>1</sup>	Frekuensi (n) <sup>2</sup>	Persentase (%) <sup>2</sup>
Kuat	13	26.00	48	96.00
Sedang	37	74.00	2	4.00
Total	50	100.00	50	100.00

Berdasarkan tabel 10. pengumpulan data distribusi frekuensi berdasarkan pada motivasi ibu hamil yang dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kuat dan sedang. Berdasarkan tabel distribusi frekuensi diatas pada kelompok pre test atau kelompok sebelum diberikan penyuluhan terdapat 13 responden (26%) yang memiliki motivasi kuat, dan 37 responden (74%) yang memiliki motivasi sedang. Kemudian pada kelompok post test atau kelompok setelah diberikan penyuluhan terdapat 48 responden (96%) yang memiliki motivasi kuat, dan 2 responden (2%) yang memiliki motivasi sedang.

### Analisis Bivariat

Analisis bivariat merupakan analisis yang bertujuan untuk mengetahui efektivitas variabel independen yaitu penyuluhan kesehatan 1000 HPK terhadap variabel dependen yaitu motivasi ibu hamil trimester I untuk mencegah *stunting*. Sebelum melakukan uji analisis data bivariat, peneliti melakukan uji normalitas untuk menilai apakah data terdistribusi secara normal.

Uji normalitas dilakukan menggunakan metode Kolmogorov Smirnov untuk mengetahui sebaran data acak dan spesifik pada suatu sampel yang berukuran  $20 \leq n \leq 1000$ . Data penelitian dapat dikatakan

terdistribusi secara normal apabila nilai signifikansi lebih dari 0,05.

Tabel 11. Uji Normalitas Terhadap Motivasi Ibu Hamil

No	Motivasi	N	Kolmogorov Smirnov
1	Pre-test	50	0.000
2	Post-test	50	0.000

Berdasarkan hasil uji normalitas, diketahui bahwa nilai signifikansi motivasi ibu hamil trimester I sebelum penyuluhan (pre-test) dan setelah penyuluhan (post-test) kurang dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa data tidak terdistribusi normal dan uji bivariat dilakukan menggunakan Wilcoxon Signed Rank Test. Hasil efektivitas penyuluhan kesehatan 1000 Hari Pertama Kehidupan terhadap kejadian stunting ditunjukkan pada tabel 11.

Tabel 12. Uji Wilcoxon Signed Rank Test

Variabel	n	Medium (%) (Minimum-Maksimum)	Mean (%) ± s.b	Asymp. Sig. (2-tailed)
Motivasi Sebelum Penyuluhan	50	64 (56 - 80)	65 ± 5	0.000
Motivasi Setelah Penyuluhan	50	83 (65 - 96)	81 ± 7	

Berdasarkan tabel 11. didapatkan data efektivitas penyuluhan kesehatan 1000 Hari Pertama Kehidupan terhadap kejadian stunting pada variabel motivasi sebelum diberikan penyuluhan dan pada variabel motivasi setelah diberikan penyuluhan memiliki nilai sig.<  $\alpha = 0,05$  yaitu p value sebesar 0.000 artinya menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan 1000 HPK memiliki efektivitas yang signifikan terhadap motivasi ibu hamil trimester I terhadap kejadian stunting sebelum diberikan penyuluhan dan setelah diberikan penyuluhan di wilayah kerja Puskesmas Bintara Jaya Bekasi Barat.

#### Pembahasan

Motivasi Ibu Hamil Trimester I Untuk Mencegah Stunting sebelum dan Sesudah Penyuluhan Kesehatan 1000 Hari Pertama Kehidupan

Hasil penelitian ini menunjukkan, pengumpulan data distribusi frekuensi berdasarkan pada motivasi ibu hamil yang dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kuat dan sedang. Berdasarkan tabel distribusi frekuensi diatas pada kelompok pre test atau kelompok sebelum diberikan penyuluhan terdapat 13 responden (26%) yang memiliki motivasi kuat, dan 37 responden (74%) yang memiliki motivasi sedang. Kemudian pada kelompok post test atau kelompok setelah diberikan penyuluhan terdapat 48 responden (96%)

yang memiliki motivasi kuat, dan 2 responden (2%) yang memiliki motivasi sedang.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Lydia Febri Kurniatin (2021) didapatkan hasil saat pre-test yang memiliki motivasi kuat sebanyak 27 responden (67,5%) dan 13 responden (32,5%) memiliki motivasi sedang. Setelah diberikan post-test didapatkan hasil 35 responden (87,5%) memiliki motivasi kuat dan sebanyak 5 responden (12,5%) memiliki motivasi sedang.

Apabila dilihat berdasarkan distribusi frekuensi karakteristik responden (Tabel 10.), diketahui bahwa 30 ibu hamil trimester I atau sebanyak 60% diantaranya mengaku tidak pernah mendapatkan informasi mengenai 1000 Hari Pertama Kehidupan. Informasi mengenai 1000 Hari Pertama Kehidupan membantu ibu untuk memahami konsep pentingnya gizi selama hamil hingga anak berusia dua tahun. Sebanyak 19 dari 30 ibu hamil yang tidak pernah mendapatkan informasi kemudian mengaku bahwa mereka tidak memiliki pemahaman mengenai gizi seimbang pada ibu hamil. Sementara 18 dari 20 ibu hamil yang pernah mendapat informasi 1000 HPK mengaku memiliki pemahaman mengenai gizi seimbang pada ibu hamil dan 2 diantaranya tidak memiliki pemahaman.

Maka dari itu, dapat disimpulkan bahwa informasi 1000 HPK berpotensi meningkatkan motivasi ibu hamil untuk mencegah stunting. Intervensi gizi spesifik merupakan salah satu bentuk promosi kesehatan yang bertujuan untuk mencegah stunting. Diperlukan sebuah pembekalan pengetahuan kepada ibu hamil berupa penyuluhan mengenai gizi dan kesehatan terutama pada 1000 Hari Pertama Kehidupan untuk membangun motivasi ibu hamil memenuhi asupan pangan dan gizi demi mencegah stunting di masa depan.

Stunting merupakan kegagalan pertumbuhan linear yang terjadi pada anak di bawah dua tahun (baduta) akibat dari pola makan yang buruk dan infeksi penyakit (Simbolon, 2019). Stunting dapat menyebabkan gangguan pada program metabolisme glukosa, lemak, hormone, reseptor, hingga gangguan genetik. Selain itu, anak yang terlahir stunting dalam mengalami gagal tumbuh dan terhambat perkembangan otaknya. Gangguan ini dapat bersifat permanen sehingga menurunkan kualitas hidup manusia di masa selanjutnya seperti kecacatan fisik, mental, dan intelektual.

Anak yang terlahir stunting berisiko terkena diabetes mellitus, jantung cornea, hipertensi, dan kanker atau stroke.

Makanan merupakan faktor utama penyebab stunting. Kebijakan ibu dalam memilih makanan adalah kunci keberhasilan upaya pencegahan stunting. Makanan yang dikonsumsi ibu hamil harus mencukupi angka kebutuhan gizi kehamilan sebagaimana diungkapkan oleh Winarsi (2018) yang meliputi kecukupan energi/ kalori, protein, kalsium, zat besi, dan vitamin. Ibu hamil diharapkan dapat memprioritaskan kesehatan dan status gizi kehamilannya di atas kepentingan lainnya. Dorongan dalam pemilihan makanan yang lebih tepat gizi merupakan salah satu bentuk perubahan perilaku kesehatan yang diinginkan demi mencegah stunting.

Perubahan perilaku kesehatan yang bertahan lama dan kekal adalah yang disebabkan karena kesadaran diri sendiri (internalization). Penyuluhan kesehatan 1000 HPK merupakan upaya promotif-preventif yang dapat dilakukan secara individual maupun masif untuk mendorong ibu lebih bijak dalam memilih makanan yang dikonsumsi selama hamil dan diberikan kepada sang anak (Wardani, 2016). Pendekatan pada pemberian penyuluhan kesehatan dapat dilakukan menurut teori Dale's Cone of Experience yang membagi tingkatan pemahaman seseorang dalam menerima informasi melalui aktivitas pembelajarannya. Menurut teori Dale, seseorang mendapatkan hingga 70-90% pemahaman apabila ia menerima informasi dalam bentuk visual dan audio (penyuluhan/ demonstrasi) dan dapat melakukan dan mempresentasikan informasi yang ia dapat. Hal ini sesuai dengan prinsip pemberdayaan masyarakat oleh Kementerian Kesehatan (2016) yang secara bertahap mengubah ketidaktahuan menjadi kemampuan melalui penyuluhan mengenai pengetahuan dasar tentang sakit-penyakit, bahaya, dan cara mencegah/ mengatasi masalah kesehatan secara lebih detail.

Menurut pendapat peneliti, motivasi ibu hamil trimester I untuk mencegah stunting dipengaruhi oleh informasi mengenai pentingnya pemenuhan gizi seimbang selama periode 1000 HPK dan kemampuan pemahaman ibu menerapkan prinsip gizi seimbang dalam makanan sehari-hari. Hal ini dapat dilihat melalui rata-rata jawaban responden pada butir pernyataan kuesioner pre-test nomor 3 yaitu "saya memiliki informasi

yang memadai mengenai pentingnya 1000 Hari Pertama Kehidupan untuk pemenuhan gizi ibu hamil". Rata-rata ibu hamil trimester I tidak setuju (skala likert = 2) dengan pernyataan tersebut sehingga mengindikasikan bahwa ibu hamil belum memiliki sumber atau wadah informasi yang cukup dan andal untuk membantunya memilihnya makanan yang tepat gizi selama kehamilan.

Peneliti telah melakukan upaya penyuluhan kesehatan 1000 HPK yang bertujuan untuk melihat adanya perbedaan motivasi sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan. Kuesioner post-test diberikan kepada ibu hamil 3 (tiga) hari setelah penyuluhan 1000 HPK dilaksanakan. Berdasarkan rekapitulasi hasil kuesioner post-test pada tabel 10, menunjukkan bahwa setelah diberikan penyuluhan kesehatan 1000 Hari Pertama Kehidupan, 48 dari 50 ibu hamil trimester I kini memiliki motivasi kuat untuk mencegah stunting dan sisanya tetap dalam kategori sedang. Terjadi peningkatan terhadap frekuensi ibu hamil yang memiliki motivasi kuat untuk mencegah stunting. Dapat disimpulkan hampir seluruh ibu hamil trimester I (96%) kini memiliki motivasi kuat untuk mencegah stunting.

Berdasarkan observasi peneliti selama penyuluhan kesehatan, masih terdapat sebagian kecil ibu hamil yang belum terlihat antusias mengikuti penyuluhan. Hal ini terlihat dengan keterlambatan memasuki ruang Zoom Conference dan partisipasi pasif dalam sesi tanya-jawab. Namun, sebagian besar ibu hamil trimester I telah menunjukkan adanya antusiasme mengikuti penyuluhan dan menyampaikan terima kasih kepada peneliti karena telah memberikan informasi mengenai pentingnya menjaga asupan gizi selama kehamilan.

Efektivitas Penyuluhan Kesehatan 1000 Hari Pertama Kehidupan terhadap Motivasi Ibu Hamil Trimester I Untuk Mencegah Stunting Berdasarkan tabel 11. didapatkan data efektivitas penyuluhan kesehatan 1000 Hari Pertama Kehidupan terhadap kejadian stunting pada variabel motivasi sebelum diberikan penyuluhan dan pada variabel motivasi setelah diberikan penyuluhan memiliki nilai  $\text{sig.} < \alpha = 0,05$  yaitu p value sebesar 0.000 artinya menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan 1000 HPK memiliki efektivitas yang signifikan terhadap motivasi ibu hamil trimester I terhadap kejadian stunting

sebelum diberikan penyuluhan dan setelah diberikan penyuluhan di wilayah kerja Puskesmas Bintara Jaya Bekasi Barat.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Lydia Febri Kurniatin (2021) Analisis data dilakukan dengan uji Wilcoxon dan didapatkan hasil  $p$  value = 0.002 sehingga dapat disimpulkan terdapat efektivitas yang signifikan terhadap motivasi ibu hamil terhadap kejadian stunting sebelum dan sesudah mendapatkan penyuluhan.

Penyuluhan kesehatan 1000 HPK merupakan upaya intervensi gizi spesifik berupa promosi kesehatan yang bersifat promotif-preventif untuk mencegah kejadian stunting. Tujuan utama dilakukannya penyuluhan kesehatan adalah terjadinya peningkatan pada motivasi ibu hamil untuk mencegah stunting. Peningkatan motivasi ini kemudian mendorong perilaku ibu untuk lebih memprioritaskan pemilihan makanan gizi seimbang karena mengetahui faktor penyebab dan risiko stunting.

Menurut teori psikologi motivasi, terciptanya perilaku yang bertujuan disebabkan karena proses internal dalam diri manusia yaitu motivasi (Hanurawan F, 2015). Terdapat beberapa hal yang mendasari terjadinya perubahan pada sikap dan perilaku salah satunya karena individu telah menghayati manfaatnya (internalization). Proses penghayatan ini merupakan perjalanan panjang dan bertahap meliputi fase pencairan, diagnosa, penentuan tujuan, hingga perubahan perilaku. Tidak mengherankan apabila perubahan ini perlu mendapatkan intervensi dari luar untuk mendukung terjadinya perubahan perilaku, salah satunya melalui penyuluhan.

Penelitian oleh Rangkuti dan Harahap (2020) menyatakan bahwa penyampaian informasi secara lisan dapat meningkatkan pengetahuan tentang stunting yang kemudian berpengaruh terhadap risiko terjadinya stunting di masa depan. Metode yang digunakan dalam memberikan penyuluhan berpengaruh terhadap tingkat keberhasilan pencapaian tujuan penelitian. Hal ini sesuai dengan Dale's Cone of Experience dimana seseorang dapat mendemonstrasikan, mengaplikasikan, serta mempraktikkan setidaknya 50% apa yang mereka lihat dan mereka dengar. Kegiatan ini mencakup menonton video, mengikuti penyuluhan, dan melihat demonstrasi. Seseorang akan lebih mudah menerima informasi apabila ia melihat dan mendengar

informasi sebagai suatu proses pembelajaran. Semakin tinggi tingkat interaksi dan aplikasi informasi, maka semakin tinggi tingkat pemahaman seseorang.

Menurut argumentasi peneliti, penyuluhan 1000 HPK merupakan bentuk promosi kesehatan yang efektif dan berguna untuk meningkatkan motivasi ibu demi mencegah stunting. Penyuluhan merupakan sarana pemberian pengetahuan dan pendidikan gizi seimbang pada ibu hamil agar mampu memilih makanan yang tepat selama periode 1000 Hari Pertama Kehidupan. Beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam proses penyampaian informasi meliputi pemilihan metode dan substansi informasi yang disampaikan dalam penyuluhan. Proses dari tahu menjadi mampu merupakan tahapan pemahaman ibu yang tidak dapat terjadi secara cepat sehingga perlu dilakukan berulang dengan substansi informasi yang bertahap.

#### Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih terutama ditujukan kepada pemberi dana penelitian atau donatur. Ucapan terima kasih dapat juga disampaikan kepada pihak-pihak yang membantu pelaksanaan penelitian.

#### Daftar Pustaka

- Dinkes, Jabar, 2017, *Profil Kesehatan Jawa Barat Tahun 2017*, Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, Jawa Barat, 50-53.
- Dhirah, Ulfa Husna., Rosdiana, Eva., Anwar, Chairanisa., dan Marniati, 2020, Hubungan Perilaku Ibu Tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan Dengan Status Gizi Baduta Di Gampong Mibo Kecamatan Banda Raya Aceh, *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 6(1), 549-561.
- Hamid., Mustofa Abi., Ramdhani, Rahmi., Juliana, Masrul., Jamaludin, Muhammad Munsarif., dan Simarmata, Janner, 2020, *Media Pembelajaran*, Yayasan Kita Menuli, Medan, 25-28.
- Hikmawati, Dr. Fenti, 2018, *Metodologi Penelitian*, Rajawali Pers, Depok, 30-168.
- Husna, 2017, Nutrisi Pada 1000 Hari Pertama Kehidupan, *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala*, 17(3), 179-183.
- Irianti, Bayu, 2019, *Asuhan Pada Bayi Balita Dan Anak Prasukolah*, Salemba Medika, Jakarta, 35-40.
- Istibakhati, Nadia, 2019, Pengaruh Pendidikan Gizi Seimbang 1000 HPK (Hari

Pertama Kehidupan) Dengan Media *Booklet* Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Wanita Usia Subur Di Desa Sumoroto, *Skripsi*, Program Studi Kesehatan Masyarakat Stikes Bhakti Husada Mulia, Madiun.

Kemendes RI, 2018, *Buku Saku Pemantauan Status Gizi Tahun 2017*, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta, 50-114.

Kemendes RI, 2017, *Kualitas Manusia Ditentukan Pada 1000 Hari Pertama Kehidupannya*, <https://www.kemkes.go.id>, diakses 15 Desember 2020

Kemendes RI, 2020, *Arah Kebijakan dan Rencana Aksi Program Kesehatan Masyarakat Tahun 2020 – 2024*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta, 3-15.

Kemendes RI, 2016, *Bahan Ajar Materi Pelatihan Duta 1000 HPK*, Stikes Bhakti Husada, Jakarta, 20-25.

Masturoh, Imas., dan Anggita T, Imas, 2018, *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Edisi Tahun 2018, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta, 126-185.

Mardiana., dan Yulianto, 2018, Pengaruh Drama 1000 Hari HPK Terhadap Pengetahuan Sikap Asupan Zat Gizi Ibu Hamil Di Puskesmas 11 Ilir Palembang, *Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang*, 13(1), 61-67.

Mubasyiroh, Laelatul., dan Aya, Ziyadatul Chusna, 2018, Hubungan Perilaku Ibu Dalam Pemenuhan Gizi Pada Anak 1000 Hari Pertama Kehidupan / *Golden Period* Dengan Status Gizi Balita Di Desa Sitanggal Kecamatan Larangan Kabupaten Brebes, *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada*, 9(1), 18-27.

Nefy, Nesra., Lipoeto, Nur Indrawati., dan Edison, 2019, Implementasi Gerakan 1000 Hari Pertama Kehidupan Di Kabupaten Pasaman, *Jurnal Media Gizi Indonesia*, 14(2), 186-196.

Ningsih, Dwi Utami, 2011, Pengaruh Penyuluhan Kesehatan terhadap Motivasi dalam Upaya Pencegahan Kanker Serviks pada Siswi Kelas X di SMA Negeri 1 Sanden Bantul Yogyakarta, *Naskah Publikasi*, Program Studi Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah, Yogyakarta.

Nugroho, Purwo Setyo, 2020, *Analisis Data Penelitian Bidang Kesehatan*, Gosyen Publishing, Yogyakarta, 50-54.

Nursalam. (2016). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan*

*Praktis* (P. P. Lestasi (ed.); 4th ed.). Salemba Medika. Prabhakara, G. (2010). Health Statistics (Health Information System). In *Short Textbook of Preventive and Social Medicine*. [https://doi.org/10.5005/jp/books/11257\\_5](https://doi.org/10.5005/jp/books/11257_5)

Palupi, Finna Retno, 2017, Pengaruh Penyuluhan Tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan Terhadap Perilaku Ibu Hamil Dalam Memenuhi Asupan Gizi Di Kelurahan Sambikerep, *Disertasi*, Program Studi DIV Kebidanan Politeknik Kesehatan, Surabaya.

Rahayu, Atikah., Rahman, Fausi., Marlinae, Lenie., Yulidasari, Fahrinie., dan Rosadi, Dian., 2018, *Buku Ajar Gizi 1000 Hari Pertama Kehidupan*, CV Mine, Yogyakarta, 5-20.

Rahmat, Agus Hendra AI, 2019, Pengaruh Penyuluhan 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) Pada Pasangan Usia Subur Di Perkotaan Dan Pendesaan, *Jurnal Kesehatan*, 10(1), 147-152.

Septiawati, I., dan Rahmiwati, A, 2018, Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Gerakan 1000 Hari Pertama Kehidupan dengan Kejadian Stunting pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Boom Baru Palembang, *Skripsi*, Program DIII Kebidanan Universitas Sriwijaya, Palembang.

Simbolon, Demsa., dan Bagbual, Bringwatty, 2019, *Pencegahan Stunting Periode 1000 Hari Pertama Kehidupan Melalui Intervensi Gizi Spesifik*, Penerbit Deepublish, Sleman, 46-60.

Sudargo, Toto., Aristasari, Tira., dan Afifah, Aulia, 2018, *1000 Hari Pertama Kehidupan*, Gadjah Mada University Press, Yogyakarta, 1-5.

Tridiyawati, F dan Handoko, A, 2019, Hubungan Antara Status Sosial Ekonomi dan Pengetahuan Ibu dengan Kejadian Gizi Kurang pada Balita, *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 18(1), 33-36.

Tumurang, Marjes N, 2018, *Promosi Kesehatan*, Indomedia Pustaka, Sidoarjo, 11-46.

Winarsih, 2018, *Pengantar Ilmu Gizi Dalam Kebidanan*, Yogyakarta, Pustaka Baru Press, 81-94.

Wardani, Novita Ika., Muyassaroh, Yanik., dan Ani, Murti, 2016, *Buku Ajar Promosi Kesehatan untuk Mahasiswa Kebidanan*, Trans Info Media, Jakarta, 64-110.