



PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP IBU HAMIL MENGENAI 1000 HPK

Aris Reko Utari*, Reni Fitria, Yepni Nensi

Program Studi Sarjana Keperawatan, Universitas Dharma Indonesia, Dharmasraya, Sumatra Barat, Indonesia

*Email: arisrekoutari01@gmail.com

Abstract

Background: The first 1,000 days of life represent a critical period that determines child growth and development. However, understanding of this period among pregnant women at Pulau Batu Community Health Center remains low.

Objective: This study aimed to determine the effect of health education on the knowledge and attitudes of pregnant women regarding the first 1,000 days of life. **Methods:** This study used a pre-experimental design with a one-group pretest-posttest approach involving 33 pregnant women selected through total sampling. Data were collected using questionnaires and analyzed using the Wilcoxon signed-rank test. **Results:** The results showed an increase in maternal knowledge from the sufficient to the good category, accompanied by a shift toward more positive attitudes after the health education intervention. Structured education demonstrated benefits in improving pregnant women's understanding and attitudes regarding the first 1,000 days of life. **Conclusion:** Health education significantly improved the knowledge and attitudes of pregnant women regarding the first 1,000 days of life. This educational program may be routinely integrated into antenatal care services at community health centers to improve maternal preparedness during pregnancy and the breastfeeding period.

Keywords: Knowledge, attitude, health education, first 1,000 days of life, pregnant women

Abstrak

Latar Belakang: Periode seribu hari pertama kehidupan merupakan masa kritis yang menentukan tumbuh kembang anak. Namun, pemahaman ibu hamil di Puskesmas Pulau Batu mengenai periode tersebut masih rendah. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang seribu hari pertama kehidupan. **Metode:** Penelitian menggunakan desain pra-eksperimen dengan pendekatan *one-group pretest-posttest* terhadap 33 ibu hamil yang dipilih menggunakan teknik *total sampling*. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon signed-rank*. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu dari kategori cukup menjadi baik serta perubahan sikap menjadi lebih positif setelah diberikan intervensi pendidikan kesehatan. Edukasi yang terstruktur menunjukkan manfaat dalam meningkatkan pemahaman dan sikap ibu hamil mengenai seribu hari pertama kehidupan. **Kesimpulan:** Pendidikan kesehatan berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang seribu hari pertama kehidupan. Program edukasi dapat diintegrasikan secara rutin dalam layanan pemeriksaan kehamilan di puskesmas untuk meningkatkan kesiapan ibu selama kehamilan dan menghadapi masa menyusui.

Kata Kunci: Pengetahuan, sikap, pendidikan kesehatan, seribu hari pertama kehidupan, ibu hamil

PENDAHULUAN

Periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yang mencakup masa sejak konsepsi hingga anak berusia dua tahun, merupakan periode kritis yang menentukan kualitas kesehatan dan perkembangan anak di masa depan. Periode ini terdiri atas 270 hari selama kehamilan dan 730 hari pertama kehidupan anak. Masa tersebut sering disebut sebagai *window of opportunity* atau jendela kesempatan emas karena pertumbuhan otak, sistem metabolisme, dan kekebalan tubuh berkembang sangat pesat. Kegagalan pertumbuhan pada fase *golden age* dapat menyebabkan berbagai gangguan, seperti *stunting*, *wasting*, Berat Badan Lahir Rendah (BBLR), gangguan perkembangan otak dan kecerdasan, serta gangguan metabolik. Dampak jangka panjangnya dapat berupa penurunan kemampuan kognitif, prestasi belajar, dan kekebalan tubuh sehingga meningkatkan kerentanan terhadap penyakit kronis pada masa dewasa.

Kondisi gizi buruk dan rendahnya pemahaman ibu hamil masih menjadi tantangan kesehatan yang besar di negara berkembang. Data *World Health Organization* (WHO) menunjukkan bahwa 99% kematian ibu akibat komplikasi kehamilan dan persalinan terjadi di negara berkembang, dengan lebih dari 35% kasus berkaitan erat dengan anemia dan status Kurang Energi Kronik (KEK) (Siregar & dkk, 2025). Di Indonesia, permasalahan tersebut tercermin dalam data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) yang menunjukkan bahwa prevalensi ibu hamil yang mengalami KEK di Provinsi Jambi mencapai 23,0%, lebih tinggi dibandingkan rata-rata nasional sebesar 17,3% (Kemenkes RI, 2018). Kondisi serupa juga ditemukan di wilayah kerja Puskesmas Pulau Batu, Kabupaten Bungo, Provinsi Jambi. Berdasarkan data puskesmas, pada tahun 2024 terdapat 176 ibu hamil dengan 33 kasus KEK dan 12 kasus anemia. Pada tahun 2025, dari 196 ibu hamil ditemukan 23 kasus KEK, sedangkan kasus anemia meningkat secara signifikan menjadi 30 kasus. Kondisi tersebut semakin diperburuk oleh rendahnya pengetahuan dan tingginya sikap negatif ibu

hamil dalam memenuhi kebutuhan gizi selama kehamilan.

Berdasarkan survei awal yang dilakukan peneliti terhadap sepuluh ibu hamil pada 30 Maret 2026, hanya satu orang yang mengetahui tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan, lima orang masih ragu, dan empat orang menyatakan tidak mengetahui. Sebagian besar ibu hanya memahami kewajiban mengonsumsi suplemen zat besi tanpa memiliki pemahaman yang memadai mengenai kebutuhan nutrisi selama kehamilan. Selain itu, tujuh dari sepuluh ibu menunjukkan sikap negatif, antara lain tidak teratur atau kurang mengonsumsi tablet zat besi dan asam folat yang diperlukan untuk mendukung tumbuh kembang janin. Apabila kondisi ketidaktahuan dan sikap tersebut terus berlanjut, risiko keguguran, cacat bawaan, BBLR, hingga *stunting* berpotensi meningkat di wilayah kerja Puskesmas Pulau Batu.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk memutus mata rantai permasalahan tersebut adalah melalui promosi kesehatan berupa pendidikan kesehatan yang terencana. Pendidikan kesehatan merupakan proses perubahan perilaku yang dilakukan secara terencana untuk meningkatkan kesadaran, kemauan, dan kemampuan masyarakat dalam memelihara serta meningkatkan kesehatan. Dalam penelitian ini, pendidikan kesehatan diberikan melalui kombinasi metode ceramah terstruktur dan media cetak berupa buklet atau *leaflet*. Media tersebut dipilih karena dapat menjadi alat bantu konseling dan promosi kesehatan yang efektif dalam menyampaikan pesan secara ringkas, padat, serta dilengkapi ilustrasi yang menarik. Selain mudah dibawa pulang, buklet atau *leaflet* memungkinkan ibu hamil mengulang informasi secara mandiri di rumah dan mendiskusikannya dengan suami atau anggota keluarga, sehingga diharapkan dapat memperkuat pemahaman dan internalisasi perilaku kesehatan.

Secara teoritis, pengetahuan dan sikap merupakan aspek penting yang mendasari terbentuknya perilaku kesehatan. Notoatmodjo (2018) menjelaskan bahwa pengetahuan merupakan hasil penginderaan

manusia terhadap suatu objek yang menjadi salah satu landasan dalam pembentukan tindakan. Sementara itu, sikap merupakan kesiapan atau kesediaan seseorang untuk bertindak yang melibatkan penilaian emosional terhadap suatu stimulus. Berdasarkan teori perilaku Lawrence Green, pengetahuan dan sikap berperan sebagai faktor predisposisi (*predisposing factors*) yang memengaruhi terbentuknya perilaku kesehatan, termasuk perilaku dalam pemenuhan gizi selama kehamilan (Notoatmodjo, Soekidjo, 2018).

Temuan penelitian terdahulu juga mendukung pentingnya pendidikan kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil. Penelitian Mardiani (2024) mengenai pengaruh penyuluhan tentang 1000 HPK menggunakan media *leaflet* menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan baik meningkat dari 21% sebelum penyuluhan menjadi 80% setelah penyuluhan. Temuan tersebut menunjukkan bahwa edukasi kesehatan dengan media visual berpotensi memperkuat aspek kognitif dan afektif ibu hamil, termasuk dalam menghadapi mitos atau pantangan makanan yang kurang tepat dan berpotensi merugikan kesehatan ibu maupun perkembangan janin (Mardiani, 2024).

Berdasarkan kondisi tersebut, penelitian ini diarahkan untuk menjawab apakah terdapat pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan di Puskesmas Pulau Batu Tahun 2026. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain eksperimen semu (*pre-experiment*) melalui rancangan *one-group pretest-posttest*. Tingkat pengetahuan dan sikap responden diukur sebelum intervensi (*pre-test*), kemudian diberikan pendidikan kesehatan mengenai gizi dan pemeliharaan 1000 HPK menggunakan media buklet/*leaflet*, dan selanjutnya dilakukan pengukuran kembali setelah intervensi (*post-test*) untuk mengetahui perubahan skor secara objektif. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan di

Puskesmas Pulau Batu Tahun 2026, termasuk menggambarkan distribusi tingkat pengetahuan dan sikap sebelum serta sesudah edukasi dan menganalisis pengaruh intervensi terhadap aspek kognitif dan afektif responden. Berdasarkan rumusan masalah, kajian teori, dan rencana pemecahan masalah tersebut, hipotesis alternatif (H_a) penelitian menyatakan bahwa terdapat pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan di Puskesmas Pulau Batu Tahun 2026.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *pre-experimental* dan rancangan *one-group pretest-posttest*. Penelitian dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Pulau Batu, Kabupaten Bungo, Provinsi Jambi, pada tanggal 5 dan 9 Juni 2026. Penelitian berfokus pada pengetahuan dan sikap ibu hamil mengenai seribu hari pertama kehidupan.

Populasi penelitian adalah seluruh ibu hamil yang terdaftar di wilayah kerja Puskesmas Pulau Batu sebanyak 33 orang. Sampel ditentukan dengan teknik *total sampling*, sehingga seluruh populasi menjadi responden. Kriteria inklusi meliputi ibu hamil yang hadir saat penelitian, bersedia menjadi responden, dan minimal merupakan kehamilan kedua. Kriteria eksklusi meliputi ibu hamil dengan komplikasi berat yang tidak memungkinkan mengikuti edukasi serta ibu yang telah mengikuti survei awal.

Variabel independen adalah pendidikan kesehatan mengenai seribu hari pertama kehidupan, sedangkan variabel dependen adalah pengetahuan dan sikap ibu hamil. Intervensi diberikan melalui ceramah terstruktur dengan media buklet atau *leaflet* yang memuat materi gizi selama kehamilan, inisiasi menyusui dini, ASI eksklusif, dan MP-ASI. Pengumpulan data menggunakan *informed consent* dan kuesioner tertutup yang telah teruji validitas dan reliabilitasnya.

Pengetahuan diukur menggunakan 10 pertanyaan skala Guttman dengan skor 1 untuk jawaban benar dan 0 untuk jawaban salah. Hasil dikategorikan menjadi kurang (<56%), cukup (56–75%), dan baik (>76%) berdasarkan ketentuan Notoatmodjo. Sikap diukur menggunakan 9 pernyataan negatif dengan skala Likert lima tingkat, kemudian

dikonversikan menjadi skor T dan dikategorikan berdasarkan median kelompok menjadi sikap positif ($\geq$ median) dan negatif ($<$ median) (Sopyah & dkk., 2020).

Pengumpulan data dilakukan melalui *pre-test*, pemberian pendidikan kesehatan, dan *post-test*. Data kemudian melalui tahap *editing*, *coding*, *scoring*, dan *tabulating* (Suhardi, 2023). Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan distribusi frekuensi dan persentase setiap variabel. Analisis bivariat diawali dengan uji normalitas menggunakan Shapiro-Wilk atau Kolmogorov-Smirnov. Karena data tidak berdistribusi normal ($p < 0,05$), pengujian perbedaan sebelum dan sesudah intervensi dilakukan menggunakan *Wilcoxon signed-rank test* dengan tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$.

Penelitian dilaksanakan dengan memperhatikan prinsip etika penelitian, meliputi *informed consent*, *anonymity*, *confidentiality*, keadilan, kemanfaatan, dan pencegahan *scientific misconduct*.

HASIL

Penelitian melibatkan 33 ibu hamil yang mengikuti pengukuran pengetahuan sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) pemberian pendidikan kesehatan tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Distribusi tingkat pengetahuan responden disajikan pada Tabel 1.

Pengetahuan Ibu Hamil Sebelum dan Sesudah Pendidikan Kesehatan

Tabel 1. Distribusi Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Sebelum dan Sesudah Pendidikan Kesehatan

Kategori	Pre-test, n (%)	Post-test, n (%)
Kurang	13 (39,4)	0 (0,0)
Cukup	15 (45,5)	10 (30,3)
Baik	5 (15,2)	23 (69,7)
Total	33 (100)	33 (100)

Sumber: Data primer penelitian, 2026.

Berdasarkan Tabel 1, sebelum pendidikan kesehatan sebagian besar responden memiliki pengetahuan kategori cukup sebanyak 15 orang (45,5%), diikuti kategori kurang sebanyak 13 orang (39,4%) dan baik sebanyak 5 orang (15,2%). Setelah diberikan pendidikan kesehatan, responden dengan pengetahuan baik meningkat menjadi 23 orang (69,7%), sedangkan kategori cukup menurun menjadi 10 orang (30,3%) dan tidak

terdapat lagi responden dalam kategori kurang.

Sikap Ibu Hamil Sebelum dan Sesudah Pendidikan Kesehatan

Distribusi sikap ibu hamil sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Distribusi Sikap Ibu Hamil Sebelum dan Sesudah Pendidikan Kesehatan

Kategori	Pre-test, n (%)	Post-test, n (%)
Positif	17 (51,5)	28 (84,8)
Negatif	16 (48,5)	5 (15,2)
Total	33 (100)	33 (100)

Sumber: Data primer penelitian, 2026.

Berdasarkan Tabel 2, sebelum diberikan pendidikan kesehatan, sebanyak 17 responden (51,5%) memiliki sikap positif dan 16 responden (48,5%) memiliki sikap negatif. Setelah diberikan pendidikan kesehatan, jumlah responden dengan sikap positif meningkat menjadi 28 orang (84,8%), sedangkan sikap negatif menurun menjadi 5 orang (15,2%).

Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui perbedaan pengetahuan dan sikap ibu hamil sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan. Berdasarkan hasil uji normalitas, data tidak berdistribusi normal sehingga analisis dilakukan menggunakan *Wilcoxon signed-rank test* dengan tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$.

Perbedaan Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Pendidikan Kesehatan

Tabel 3. Hasil Uji Wilcoxon Pengetahuan Ibu Hamil Sebelum dan Sesudah Pendidikan Kesehatan

Variabel	n	Z	p-value
Pengetahuan <i>pre-test-post-test</i>	33	-4,363	<0,001

Sumber: Data primer penelitian, 2026 (Output SPSS 20).

Hasil uji *Wilcoxon signed-rank test* menunjukkan nilai $Z = -4,363$ dengan $p\text{-value} < 0,001$ ($\alpha = 0,05$). Dengan demikian, terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat pengetahuan ibu hamil sebelum dan sesudah

diberikan pendidikan kesehatan tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan.

Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Sikap Ibu Hamil

Analisis perubahan sikap ibu hamil sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan dilakukan menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test* karena data tidak berdistribusi normal. Hasil analisis disajikan pada Tabel 6.

Tabel 6. Hasil Uji Wilcoxon Signed Rank Test terhadap Sikap Ibu Hamil Sebelum dan Sesudah Pendidikan Kesehatan

Variabel	N	Z	p-value
Sikap (Pre-test–Post-test)	33	-3,051	0,002

Sumber: Data primer penelitian, 2026 (Output SPSS 20)

Hasil analisis menunjukkan bahwa dari 33 responden, terdapat 12 responden yang mengalami peningkatan skor sikap, 1 responden mengalami penurunan, dan 20 responden tidak mengalami perubahan skor. Uji *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan nilai $Z = -3,051$ dengan $p\text{-value} = 0,002$ ($<0,05$). Dengan demikian, H_0 ditolak dan H_a diterima, yang menunjukkan adanya perbedaan sikap ibu hamil yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan.

PEMBAHASAN

Pengetahuan Ibu Hamil tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan Sebelum Pendidikan Kesehatan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan pendidikan kesehatan, sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori cukup sebanyak 15 orang (45,5%), diikuti kategori kurang sebanyak 13 orang (39,4%), sedangkan kategori baik hanya 5 orang (15,2%). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pemahaman ibu hamil mengenai 1000 Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK) masih belum optimal. Pengetahuan yang terbatas dapat menjadi salah satu hambatan dalam memahami pentingnya pemenuhan gizi dan pengasuhan

sejak masa kehamilan hingga periode awal kehidupan anak.

Temuan tersebut sejalan dengan teori Notoatmodjo (2018) yang menjelaskan bahwa pengetahuan merupakan hasil tahu yang diperoleh melalui proses penginderaan terhadap suatu objek. Pengetahuan yang memadai menjadi salah satu dasar dalam pembentukan sikap dan perilaku kesehatan. Rendahnya pengetahuan ibu mengenai kebutuhan gizi selama kehamilan, ASI eksklusif, dan pemberian makanan pendamping ASI dapat memengaruhi kesiapan ibu dalam menerapkan praktik kesehatan selama periode 1000 HPK. Kondisi ini menunjukkan pentingnya pemberian informasi yang terstruktur dan sesuai dengan kebutuhan ibu hamil (Notoatmodjo, 2018).

Selain faktor informasi, pemahaman ibu hamil juga dapat dipengaruhi oleh lingkungan sosial dan sumber informasi yang diterima. Informasi yang diperoleh dari keluarga atau lingkungan sekitar tidak selalu sesuai dengan rekomendasi kesehatan sehingga dapat memengaruhi persepsi ibu mengenai pemenuhan gizi selama kehamilan dan perawatan anak. Dalam perspektif *Health Belief Model*, pengetahuan dan persepsi individu terhadap risiko serta keseriusan suatu masalah kesehatan dapat memengaruhi kesiapan dalam melakukan tindakan pencegahan. Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan mengenai 1000 HPK menjadi bagian penting dalam mendukung kesiapan ibu menerapkan perilaku kesehatan yang tepat.

Pengetahuan Ibu Hamil tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan Sesudah Pendidikan Kesehatan

Setelah diberikan pendidikan kesehatan, terjadi perubahan distribusi tingkat pengetahuan. Responden dengan kategori baik meningkat menjadi 23 orang (69,7%), kategori cukup sebanyak 10 orang (30,3%), dan tidak terdapat lagi responden dengan kategori kurang. Perubahan tersebut menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan setelah pemberian edukasi mengenai 1000 HPK.

Peningkatan pengetahuan dapat berkaitan dengan penyampaian materi secara terstruktur melalui metode ceramah dan penggunaan media booklet atau leaflet. Media tersebut memberikan kesempatan kepada responden untuk menerima informasi secara langsung sekaligus membaca kembali materi yang telah diberikan. Penyajian informasi dengan bahasa yang sederhana dan materi yang sesuai dengan kebutuhan ibu hamil dapat membantu meningkatkan pemahaman terhadap topik kesehatan yang diberikan.

Meskipun demikian, masih terdapat 10 responden (30,3%) dalam kategori cukup setelah intervensi. Hal ini menunjukkan bahwa respons terhadap pendidikan kesehatan tidak sepenuhnya sama pada setiap individu. Perbedaan karakteristik responden, pengalaman, tingkat pendidikan, dan kemampuan menerima informasi dapat memengaruhi proses pemahaman dan retensi informasi (Yurissetiowati & Baso, 2023). Dengan demikian, pendidikan kesehatan perlu diberikan secara berulang dan disesuaikan dengan karakteristik sasaran agar peningkatan pengetahuan dapat dipertahankan.

Sikap Ibu Hamil tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan Sebelum Pendidikan Kesehatan

Sebelum diberikan pendidikan kesehatan, sikap responden menunjukkan distribusi yang relatif seimbang, yaitu 17 orang (51,5%) memiliki sikap positif dan 16 orang (48,5%) memiliki sikap negatif. Hasil tersebut menunjukkan bahwa hampir setengah responden masih memiliki sikap yang kurang mendukung terhadap penerapan prinsip kesehatan dalam periode 1000 HPK.

Sikap dapat terbentuk melalui pengetahuan, pengalaman pribadi, serta pengaruh lingkungan sosial dan budaya. Kurangnya informasi mengenai pentingnya pemenuhan gizi selama kehamilan, ASI eksklusif, dan praktik pengasuhan dapat menjadi salah satu faktor yang memengaruhi terbentuknya sikap kurang mendukung. Selain itu, kepercayaan dan kebiasaan yang berkembang di lingkungan keluarga dapat turut memengaruhi penerimaan ibu terhadap

informasi kesehatan. Kondisi tersebut memperlihatkan bahwa intervensi pendidikan kesehatan tidak hanya diperlukan untuk meningkatkan aspek pengetahuan, tetapi juga untuk memberikan pemahaman yang dapat mendukung terbentuknya sikap positif.

Sikap Ibu Hamil tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan Sesudah Pendidikan Kesehatan

Setelah diberikan pendidikan kesehatan, jumlah responden dengan sikap positif meningkat menjadi 28 orang (84,8%), sedangkan responden dengan sikap negatif menurun menjadi 5 orang (15,2%). Perubahan tersebut menunjukkan adanya pergeseran sikap ke arah yang lebih positif setelah diberikan pendidikan kesehatan.

Peningkatan sikap dapat terjadi karena pendidikan kesehatan memberikan informasi yang relevan dengan kebutuhan responden serta kesempatan untuk memperoleh klarifikasi terhadap informasi yang sebelumnya belum dipahami. Penggunaan media booklet atau leaflet juga memungkinkan responden memperoleh informasi secara lebih sistematis. Pendidikan kesehatan yang disampaikan secara langsung dapat membantu menghubungkan informasi dengan kondisi yang dihadapi ibu selama kehamilan, sehingga dapat mendukung terbentuknya penerimaan yang lebih positif terhadap pesan kesehatan.

Namun, masih terdapat 5 responden (15,2%) yang berada pada kategori sikap negatif setelah intervensi. Temuan ini menunjukkan bahwa perubahan sikap dapat memerlukan proses yang lebih panjang dibandingkan peningkatan pengetahuan. Faktor pengalaman, lingkungan keluarga, kebiasaan, dan keyakinan yang telah terbentuk sebelumnya dapat memengaruhi respons individu terhadap informasi baru. Oleh karena itu, edukasi berkelanjutan dengan melibatkan keluarga dan tenaga kesehatan diperlukan untuk memperkuat perubahan sikap.

Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Pengetahuan Ibu Hamil

Hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan nilai $Z = -4,363$ dengan p -value

= 0,000 ($<0,05$). Hasil tersebut menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara skor pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan. Dari 33 responden, sebanyak 23 responden mengalami peningkatan skor pengetahuan, sedangkan tidak terdapat responden yang mengalami penurunan skor dan 10 responden memiliki skor yang sama. Dengan demikian, pendidikan kesehatan berhubungan dengan peningkatan pengetahuan ibu hamil mengenai 1000 HPK di Puskesmas Pulau Batu.

Hasil ini sejalan dengan konsep promosi kesehatan Lawrence Green yang menempatkan pendidikan sebagai salah satu faktor yang dapat memengaruhi faktor predisposisi seseorang dalam berperilaku kesehatan. Pemberian informasi yang sistematis melalui booklet atau leaflet dapat menjadi stimulus dalam meningkatkan pengetahuan responden. Peningkatan tersebut juga sejalan dengan penelitian Srihidayani (2025) yang menunjukkan bahwa pemberian edukasi dapat meningkatkan pemahaman sasaran terhadap informasi kesehatan.

Temuan penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Siregar dkk. (2025) mengenai pendidikan gizi berbasis booklet pada ibu hamil yang menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan setelah intervensi. Hasil serupa dilaporkan oleh Mulyaningsih (2024), yang menunjukkan bahwa pemberian informasi yang sesuai dengan kebutuhan ibu hamil dapat mendukung peningkatan pemahaman mengenai kesehatan dan gizi. Kesamaan hasil tersebut memperkuat bahwa pendidikan kesehatan dengan media yang terstruktur dapat digunakan sebagai salah satu strategi untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai 1000 HPK.

Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Sikap Ibu Hamil

Hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan nilai $Z = -3,051$ dengan $p\text{-value} = 0,002$ ($<0,05$). Dari 33 responden, sebanyak 12 responden mengalami peningkatan skor sikap, 1 responden mengalami penurunan, dan 20 responden tidak mengalami perubahan skor. Hasil tersebut menunjukkan

adanya perbedaan yang signifikan pada sikap ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan mengenai 1000 HPK.

Perubahan tersebut juga terlihat pada distribusi kategori sikap, yaitu sikap positif meningkat dari 51,5% sebelum intervensi menjadi 84,8% setelah intervensi. Pendidikan kesehatan dapat memberikan informasi dan pemahaman yang lebih baik mengenai pentingnya 1000 HPK sehingga mendukung terbentuknya sikap yang lebih positif. Namun, karena penelitian menggunakan desain *one-group pretest-posttest* tanpa kelompok kontrol, hasil tersebut lebih tepat diinterpretasikan sebagai perbedaan sikap setelah intervensi dan belum dapat sepenuhnya membuktikan bahwa perubahan tersebut hanya disebabkan oleh pendidikan kesehatan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Sopyah dkk. (2020) yang menunjukkan adanya perbedaan pengetahuan dan sikap ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan intervensi menggunakan media terstruktur. Penelitian Mardiani (2024) juga menunjukkan adanya pengaruh pendidikan kesehatan terhadap perubahan sikap ibu hamil. Temuan tersebut memperkuat pentingnya pendidikan kesehatan sebagai salah satu pendekatan promotif di pelayanan kesehatan primer, khususnya dalam meningkatkan pemahaman dan sikap ibu terhadap penerapan prinsip 1000 HPK.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan mengenai 1000 HPK berkaitan dengan peningkatan pengetahuan dan perubahan sikap ibu hamil ke arah yang lebih positif. Temuan ini mendukung penerapan edukasi kesehatan secara terstruktur dalam pelayanan antenatal di tingkat puskesmas. Namun, penelitian dengan kelompok kontrol dan jumlah sampel yang lebih besar masih diperlukan untuk memperkuat bukti mengenai efektivitas intervensi serta mengetahui keberlanjutan perubahan pengetahuan dan sikap dalam jangka panjang.

SIMPULAN

Pendidikan kesehatan mengenai 1000 Hari Pertama Kehidupan menunjukkan perubahan positif pada pengetahuan dan sikap ibu hamil di Puskesmas Pulau Batu. Proporsi pengetahuan kategori baik meningkat dari 15,2% menjadi 69,7%, sedangkan sikap positif meningkat dari 51,5% menjadi 84,8%. Uji *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan pada pengetahuan ($Z = -4,363$; $p < 0,001$) dan sikap ($Z = -3,051$; $p = 0,002$) sebelum dan sesudah intervensi. Dengan demikian, pendidikan kesehatan dapat menjadi salah satu upaya promotif untuk meningkatkan pengetahuan dan mendukung perubahan sikap ibu hamil mengenai 1000 Hari Pertama Kehidupan.

SARAN

Puskesmas Pulau Batu disarankan mengintegrasikan pendidikan kesehatan tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan ke dalam pelayanan *antenatal care* secara rutin dengan menggunakan media edukasi seperti booklet atau leaflet. Ibu hamil dan keluarga diharapkan menerapkan pengetahuan yang diperoleh dalam pemenuhan gizi dan persiapan pengasuhan anak selama periode 1000 HPK. Peneliti selanjutnya disarankan menggunakan jumlah sampel yang lebih besar, periode evaluasi yang lebih panjang, serta melibatkan kelompok kontrol untuk memperoleh bukti yang lebih kuat mengenai efektivitas pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap ibu hamil.

DAFTAR PUSTAKA

Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2019). *Laporan nasional Riskesdas 2018*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Handayani, S. (2022). *Pengaruh edukasi gizi tentang 1000 HPK terhadap pengetahuan dan sikap ibu hamil di Puskesmas Kayon Kota Palangka Raya*. Poltekkes Kemenkes Palangka Raya.

Mardian, E. (2024). Pengaruh penyuluhan tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan

(HPK) dengan media leaflet terhadap pengetahuan ibu hamil dalam pencegahan stunting di PMB Elisa Mardian Bekasi Jawa Barat tahun 2023. *Jurnal Bidang Ilmu Kesehatan*, 14(4), 335–347. <https://doi.org/10.52643/jbik.v14i4.4013>

- Mulyaningsih, E., & Ningsih, S. S. (2024). Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan ibu hamil tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan. *Malahayati Nursing Journal*, 6(6), 2223–2233. <https://doi.org/10.33024/mnj.v6i6.11036>
- Notoatmodjo, S. (2018). *Promosi kesehatan dan ilmu perilaku*. Rineka Cipta.
- Nurlaela, D., Sari, P., Martini, N., Wijaya, M., & Judistiani, R. T. D. (2018). Efektivitas pendidikan kesehatan melalui media Kartu Cinta Anak tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan dalam meningkatkan pengetahuan pasangan calon pengantin di KUA Kecamatan Jatinangor. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 3(2), 62–68. <https://doi.org/10.22146/jkesvo.38765>
- Purwati, H., Elies, M. S. B., & Khusniyati, E. (2021). *Persiapan 1000 hari pertama kehidupan*. Karya Bina Sehat.
- Rahayu, A., Rahman, F., Marlinae, L., Husaini, & Yulidasari, F. (2018). *Buku ajar gizi 1000 hari pertama kehidupan*. CV Mine.
- Sitorus, R. S. (2020). *Pengaruh promosi kesehatan menggunakan media audio visual tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan terhadap pengetahuan dan sikap pasangan usia subur di Desa Serdang Kecamatan Beringin Kabupaten Deli Serdang tahun 2020*. Poltekkes Kemenkes Medan.
- Srihidayani, K., Rahman, H., Septiyanti, Idris, F. P., & Haeruddin. (2025). Pengaruh media video edukasi terhadap pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang 1000 HPK (Hari Pertama Kehidupan). *Window of Public Health Journal*, 6(2), 416–425.

<https://doi.org/10.33096/woph.v6i2.81>

6

Suhardi, M. (2023). *Buku ajar dasar metodologi penelitian*. Penerbit P4I.

Yurissetiowati, Y., & Baso, N. (2023). Hubungan pengetahuan dan sikap ibu tentang 1000 HPK dengan perilaku pencegahan stunting. *MAHESA: Malahayati Health Student Journal*, 3(2).

<https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i2.9637>