

**PENDIDIKAN KESEHATAN IBU HAMIL
“1000 HARI PERTAMA KEHIDUPAN
UNTUK GENERASI YANG LEBIH BAIK”**

Sri Wahyuni Sundari¹, Rissa Nuryuniarti², Ade Kurniawati³
^{1,2,3}Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya
Email: sriwahyuni@umtas.ac.id¹, rissanuryuniarti19@gmail.com²,
adekur@umtas.ac.id³

ABSTRAK

Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatnya pengetahuan dan pemahaman ibu hamil tentang 1000 hari pertama kehidupan sebagai masa kritis yang memerlukan perhatian, supaya ibu hamil mampu menjaga kehamilannya. Metode penyuluhan kesehatan yang diberikan melalui lembar balik 1000 Hari Pertama Kehidupan. Pengabdian Masyarakat 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) diikuti oleh 33 orang Ibu hamil dan secara continue diasuh setiap bulannya. Persiapan asuhan meliputi pendataan ibu hamil di daerah tamansari yang diundang langsung ke graha UMTAS pada bulan desember, yang selanjutnya dilakukan asuhan dari bulan januari sampai bulan mei yang bertempat di posyandu atau tempat yang telah disepakati dengan kader yang mengumpulkan ibu hamil sehingga memudahkan dalam pemberian asuhan.

Kata kunci : 1000 HPK, Pendidikan Kesehatan, Ibu Hamil

ABSTRACT

Community service aims to increase knowledge and understanding of pregnant women about the first 1000 days of life as critical period that requires attention, so that pregnant woman are able to maintain pregnancy. Health counselling methods provided through the 1000 First Day Life Backlinks. Devotion Society 1000 Days First Life (1000 HPK) followed by 33 people pregnant mother and continue to be taken care of every month. Preparation of upbringing includes data collection of pregnant woman in Tamansari area who are invited directly to graham UMTAS in December, which then conducted upbringing from January to May that held at posyandu or place that has been agreed with the cadres who collect pregnant woman so as to facilitate the provision of care.

Keywords: 1000 HPK, Health Education, Pregnant Woman

PENDAHULUAN

Menurut Kemenkes RI 2012, angka kematian ibu (tinggi) 359/100.000 kelahiran hidup, angka kematian bayi (tinggi) 32/1.000 kelahiran, Bayi berat badan lahir rendah 13%, Stunting (dibawah usia 5 tahun) 37%.

Pendidikan Kesehatan pada Ibu Hamil “1000 Hari Pertama Kehidupan untuk Generasi yang lebih Baik”. 1000 Hari Pertama Kehidupan menawarkan jendela peluang yang sangat penting untuk membangun kesehatan jangka panjang. Gizi yang tepat selama periode kritis ini benar-benar penting dan menentukan generasi bangsa, (Kementerian Koordinator Bidang Kesejahteraan Rakyat, 2013).

Pesatnya pertumbuhan dan perkembangan selama kehamilan, menyusui dan anak usia dibawah 2 tahun diperlukan kebutuhan gizi tertentu selama setiap tahap sehingga diperlukan kesadaran pentingnya gizi. Oleh karena itu, sangat penting untuk memastikan setiap ibu dan anak mendapatkan akses dan pengetahuan gizi yang optimal selama 1000 hari pertama kehidupan. Permasalahan sekarang dan trend yang terjadi pada Ibu hamil, juga gizi ibu hamil, (Kementerian Koordinator Bidang Kesejahteraan Rakyat, 2013).

Dalam perbaikan gizi masyarakat, kontribusi intervensi gizi sensitif lebih besar yaitu sekitar 70 persen dibanding dengan intervensi spesifik yang hanya 30 persen. Oleh karena itu kedua intervensi gizi tersebut harus dilaksanakan secara bersamaan dan komprehensif, (Kementerian Koordinator Bidang Kesejahteraan Rakyat, 2013).

Gerakan perbaikan gizi dengan fokus terhadap kelompok 1000 hari pertama kehidupan pada tataran global disebut *Scaling Up Nutrition* (SUN) dan di Indonesia disebut dengan Gerakan Nasional Sadar Gizi dalam Rangka Percepatan Perbaikan Gizi Pada 1000 Hari Pertama Kehidupan, (Kementerian Koordinator Bidang Kesejahteraan Rakyat, 2013).

Sehingga gerakan 1000 HPK ini dilakukan agar ibu hamil di wilayah kerja puskesmas tamansari mendapatkan gizi yang adekuat.

BAHAN DAN METODE

Gerakan 1000 hari pertama kehidupan dilakukan di wilayah kerja puskesmas tamansari, pengabdian masyarakat ini berupa asuhan kebidanan kepada ibu hamil sampai anaknya berusia 2 tahun.

Asuhan dilakukan di posyandu di daerah tamansari yang dipilih, asuhan dilakukan 1 bulan 1 kali pada bulan desember 2016 sampai dengan bulan mei 2017, ibu hamil yang diasuh sebanyak 33 orang

HASIL

Hasil dari kegiatan pengmas ini adalah pendampingan pada 1000 Hari Pertama Kehidupan pada ibu hamil sebanyak 33 orang. Asuhan kebidanan pada ibu hamil pada trimester pertama sebanyak 11 ibu hamil, pada trimester dua sebanyak 12 ibu hamil, dan pada trimester tiga sebanyak 10 ibu hamil.

Dengan pendampingan pada 1000 hpk pada 33 orang ibu hamil, gizi terpantau yang diharapkan sampai anak usia 2 tahun gizinya adekuat sehingga tidak terjadi stunting.

PEMBAHASAN

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. Seribu hari pertama kehidupan adalah periode seribu hari mulai sejak terjadinya konsepsi hingga anak berumur 2 tahun. Seribu hari terdiri dari, 270 hari selama kehamilan dan 730 hari kehidupan pertama sejak bayi dilahirkan. Periode ini disebut periode emas

(*golden periode*) atau disebut juga sebagai waktu yang kritis, yang jika tidak dimanfaatkan dengan baik akan terjadi kerusakan yang bersifat permanen (*window of opportunity*), (Kementerian Koordinator Bidang Kesejahteraan Rakyat, 2013).

Pengabdian masyarakat mengenai pendampingan 1000 hpk ini sejalan dengan program pemerintah yang bertujuan untuk mengatasi gizi secara global.

KESIMPULAN DAN SARAN

Pendampingan pada 1000 Hari Pertama Kehidupan pada ibu hamil sebanyak 33 orang dilakukan di posyandu wilayah kerja puskesmas Tamansari selama 6 bulan, yang bertujuan agar nutrisi atau gizi pada ibu hamil adekuat sehingga tidak terjadi stunting.

UCAPAN TERIMA KASIH

Selama melaksanakan pengabdian masyarakat ini, penulis telah banyak mendapat bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu pada kesempatan ini Penulis bermaksud menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Dr. Ahmad Qonit AD, MA., selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya
2. Saryomo, S.Kep. Ners. M.Si., selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya
3. Sri Wahyuni Sundari, M.Keb., selaku Ketua Prodi Diploma III Kebidanan FIKES UMTAS
4. Dr. Mujiarto, ST., MT., selaku Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat UMTAS
5. Bd.Dedeh Siti Hasanah ,S.STselaku Bidan Koordinator Puskesmas Tamansari
6. Para Kader di wilayah kerja puskesmas Tamansari

DAFTAR PUSTAKA

- Kemenkes RI. (2012). Riset Kesehatan Dasar.
Kementerian Koordinator Bidang Kesejahteraan Rakyat. (2013). Kerangka Kebijakan Gerakan Nasional Percepatan Perbaikan Gizi dalam Rangka Seribu Hari Pertama Kehidupan (Gerakan 1000 HPK), 71.
Risksdas. (2013). *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Departemen Kesehatan*. Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar.

LAMPIRAN

Tabel 1. Daftar Nama Ibu Hamil yang Diasuh

No	Nama	Alamat	Tanggal Lahir	Gravida	HPHT	Taksiran Persalinan	Ket
1.	Meti	Palahan	26/11/82	G2P1A0	25/5/16	4/3/17	
2	Ute	Madewangi	02/09/85	G3P2A0	10/04/16	17/1/17	
3	Maemunah	Bantar huni	16/03/92	G2P1A0	15/09/16	22/6/17	
4	Ai Lestari	Madewangi	02/09/85	G2P1A0	17/08/16	24/5/17	
5	IheN	Cipucang	16/03/92	G4P3A0	01/05/16	8/2/17	
6	Sumiyati	Sindangsari	04/02/81	G6P4A1	10/16	7/17	
7	Nurhasanah	Cigondowa	10/8/93	G2P1A0	5/10/16	12/7/17	
8	Erni Purnama	Sindangsari	28/07/89	G3P1A1	23/07/16	30/4/17	
9	Ihat	Peundeuy	07/07/87	G3P2A0	06/04/16	13/1/17	
10	Siti Aminah	Peundeuy	05/09/85	G2P1A0	22/8/16	29/5/17	
11	Nurlela	Sindangtengah	10/02/87	G4P2A1	24/3/16	1/1/17	
12	Erna	Sindangtengah	06/02/98	G1P0A0	01/07/16	8/4/17	
13	Ucu Maryam	Peundeuy	14/05/85	G2P1A0	5/10/16	12/7/17	
14	Reni	Bantarhuni	14/07/87	G2P1A0	22/06/16	29/3/17	
15	Ema	Bantarhuni	18/11/90	G4P3A0	6/05/16	13/2/17	
16	Neng Tuti	Bantarhuni	13/07/87	G2P1A0	09/04/16	16/1/17	
17	Siti Asmaya	Bantarhuni	07/01/90	G2P1A0	27/04/16	31/2/17	
18	Eli Sri wanti	Bantarhuni	15/07/95	G2P1A0	09/05/16	16/2/17	
19	Riani	Bantarhuni	01/12/94	G1P0A0	17/06/16	24/3/17	
20	Ai wawat	Cipucang	08/09/93	G2P1A0	04/05/16	11/2/17	
21	Emi	Cipucang	20/06/93	G2P1A0	14/4/16	21/1/17	
22	Yani	Cipucang	12/05/85	G2P1A0	30/09/16	6/7/17	
23	Liawati	Palahan		G3P1A1	16/06/16	23/3/17	
24	Meti patimah	Palahan		G2P1A0			
25	Fitri Nurlina	Palahan		G2P1A0			
26	Nining	Madewangi	11/05/74	G9P7A1	10/07/16	17/4/17	
27	Aan Amalia	Sukahurip	20/11/74	G5P3A1	23/7/16	30/4/17	
28	Nurlina	Pr. Griya	02/05/85	G3P2A0	18/11/16	25/8/17	
29	Yanti	Sukamaju	10/10/88	G2P1A0	15/12/16	22/9/17	
30	Pipih Napisah	Sukamaju	02/12/76	G2P1A0			
31	Romlah	Palahan	15/03/79	G2P1A0	28/6/16	4/4/17	
32	Ai Nita	Cicantel	01/08/89	G2P1A0	7/12/16	14/9/17	
33	Nida	cikalang	01/11/91	G1P0A0	27/4/16	4/2/17	



Gambar 1.

Sosialisasi 1000 Hari Pertama Kehidupan



Gambar 2.

Pendampingan dan Pemeriksaan Ibu Hamil Bulan Januari



Gambar 3.
Pendampingan dan Pemeriksaan Ibu Hamil Bulan Februari



Gambar 4.
Pendampingan dan Pemeriksaan Ibu Hamil Bulan Maret



Gambar 5.
Pendampingan dan Pemeriksaan Ibu Hamil Bulan April



Gambar 6.
Pendampingan dan Pemeriksaan Ibu Hamil Bulan Mei