

HUBUNGAN KARAKTERISTIK DAN TINGKAT PENGETAHUAN IBU DENGAN PRAKTIK SERIBU HARI PERTAMA KEHIDUPAN

Agustina Apriyani Yesenia¹, Regina Vidya Trias Novita¹

¹Program Studi Keperawatan Program Sarjana STIK Sint Carolus

Corresponding Email: reginanovita04@gmail.com

Abstrak

Kejadian stunting yang terjadi ini dipengaruhi berbagai faktor antara lain adalah tidak tersampainya informasi yang berhubungan dengan gizi pada 1000 HPK. Pengetahuan dan praktik sering tidak selaras dalam pelaksanaan praktik pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI). Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan karakteristik dan tingkat pengetahuan ibu dengan praktik seribu hari pertama kehidupan (1000 HPK) di Puskesmas Watubaing Kabupaten Sikka. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain potong lintang (crosssectional). Sampel penelitiannya adalah ibu yang memiliki anak usia satu setengah sampai dua setengah tahun dengan jumlah sampel 124 orang responden. Alat pengumpul data berupa kuesioner pengetahuan tentang Praktik Pemberian MP-ASI yang telah diuji coba validitas dan reliabilitasnya. Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji Chi-Square dengan tingkat kepercayaan $\alpha = 0,05$. Kesimpulan penelitian menunjukkan pengetahuan ibu, bahwa responden dengan kategori pengetahuan cukup dengan persentase 70,2%. Ada hubungan signifikan antara pendidikan ibu dengan praktik 1000 HPK yang mempunyai (p value = 0,031), tetapi tidak ada hubungan yang signifikan antara usia ibu dengan praktik 1000 HPK yang mempunyai (p value = 0,565), dan pengetahuan ibu dengan praktik 1000 HPK yang mempunyai (p value = 0,072). Kesimpulan tingkat pendidikan ibu memengaruhi bagaimana praktik pemberian makanan kepada anaknya pada 1000 HPK. Pendidikan Kesehatan yang dapat dilakukan oleh Nakes dan kader Kesehatan, disertai pendampingan dapat meningkatkan kemampuan dalam membuat, memilih dan memberikan makanan sehat untuk bayinya.

Kata kunci: Usia, pendidikan, pengetahuan, praktik 1000 hari pertama kehidupan.

Abstract

The incidence of stunting influenced various factors among others is not deliver information relating to nutrition during 1000 days the first of life. The knowledge and practices often is not reliable to implement complementary food during breastfeeding. The purpose of this study was to determine the relationship of the characteristics and level of knowledge of mothers with the practice of the first thousand days of life in the Watubaing health center in Sikka, Maumere, NTT. This research uses quantitative methods with cross sectional design. The research sample is mothers who have children one and a half to two and a half years old with a total sample of 124 respondents. Data collection tool in the form of a questionnaire about knowledge of complementary food during breastfeeding (MP-ASI) that has been tested for validity and reliability. Data analysis was performed using the Chi-Square test with a confidence level of $\alpha = 0,05$. The conclusion of the study showed that the knowledge of mothers, that respondents in the category of knowledge enough with a percentage of 70,2%. There is a significant relationship between maternal education with the practice of the first thousand days of life that has (p value = 0,031), but there is no significant relationship between maternal age with the practice of the first thousand days of life that has (p value = 0,565), and knowledge of mothers with the first thousand days of life practice that has (p value = 0,072). Conclusion level of mother's education influence how to giving nutrition for their child at 1000 days of life. The health education from health worker and cadre and companion the mother improve the capability to make, give and consume the healthy food for their babies.

Keywords : Age, Education, Knowledge, Practice of the first thousand days of life.

PENDAHULUAN

Periode Seribu Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK) sebagai *Window of Opportunity*. Maknanya, kesempatan (opportunity) dan sasaran untuk meningkatkan mutu Sumber Daya Manusia (SDM) generasi masa yang akan datang ternyata serba sempit (*window*). Kelompok 1000 HPK meliputi ibu hamil, ibu menyusui, dan anak dibawah 2 tahun (Marchianti, Sakinah, & Diniyah, 2017). Masa 1000 hari pertama kehidupan (HPK), yang bermula sejak saat konsepsi hingga anak berusia 2 tahun, merupakan masa paling kritis untuk memperbaiki perkembangan fisik dan kognitif anak (Rahmawati & dkk, 2016).

Istilah 1000 hari pertama kehidupan atau the first thousand days mulai diperkenalkan pada 2010 sejak diumumkan Gerakan Scalling-up Nutrition (SUN) di tingkat global. Hal ini merupakan upaya sistematis yang melibatkan berbagai pemangku kepentingan khususnya pemerintah, dunia usaha dan masyarakat untuk memberikan perhatian khusus kepada ibu hamil sampai anak usia 2 tahun. Keadaan yang buruk selama kehamilan, seperti difisiensi nutrisi selama kehamilan, stress maternal, olahraga yang tidak cukup dan perawatan prenatal yang tidak memadai, dapat menyebabkan perkembangan janin yang tidak optimal. Perkembangan janin yang buruk merupakan resiko kesehatan pada kehidupan selanjutnya (Rahmawati & dkk, 2016).

Gerakan 1000 HPK untuk menanggulangi masalah kurang gizi diperlukan intervensi yang spesifik dan sensitif. Intervensi gizi spesifik adalah upaya untuk mencegah dan mengurangi masalah gizi secara langsung dilakukan oleh sektor kesehatan berupa imunisasi, pemberian makanan tambahan (PMT) pada ibu hamil dan balita di posyandu. Sasarannya adalah kelompok 1000 HPK (ibu hamil, ibu menyusui dan anak 0-23 bulan). Intervensi gizi sensitif adalah upaya untuk mencegah dan mengurangi masalah gizi secara tidak langsung

dilakukan oleh sektor non-kesehatan berupa penyediaan air bersih, kegiatan penanggulangan kemiskinan, pemberdayaan perempuan, dan lain-lain. Sasarannya adalah masyarakat umum. Dalam intervensi sensitif hal yang sudah dilakukan oleh sektor non-kesehatan adalah intervensi di bidang kesehatan lingkungan dan pemberdayaan masyarakat serta bantuan dalam mengatasi masalah kemiskinan (Rosha, Amaliah, & Utami, 2016).

Menurut World Health Organization (WHO,2014) di Indonesia Angka Kematian Ibu (AKI) masih dianggap sebagai salah satu yang tertinggi di kawasan Asia Tenggara sedangkan menurut data UNESCAP (organisasi di bidang ekonomi dan sosial di Asia Pasifik) AKI di Indonesia adalah angka kematian tertinggi keempat (220/100.000 kelahiran hidup) diantara beberapa Negara di Asia Timur Selatan menyusul Kamboja, Timor Leste dan Laos. Angka Kematian Ibu di ASEAN dan Asia Tenggara lebih tinggi dari rata-rata. Dalam kurun waktu 10 tahun terakhir jumlah Kematian Ibu di Indonesia adalah yang tertinggi diantara negara-negara Asia Timur.

Stunting atau kejadian balita yang memiliki tinggi tubuh yang pendek, merupakan masalah kurang gizi kronis disebabkan asupan gizi yang kurang dalam waktu cukup lama akibat pemberian makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizinya (Kemenkes, 2018). Balita *stunting* di Asia 83,6 juta, proporsi terbanyak berasal dari Asia Selatan (58,7%) dan proporsi paling sedikit di Asia Tengah (0,9%). *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2018 data prevalensi balita *stunting* yang dikumpulkan, Indonesia termasuk ke dalam negara ketiga dengan prevalensi tertinggi di regional Asia Tenggara/South-East Asia Tenggara (SEAR). Di Indonesia dari tahun 2005-2017 rata-rata prevalensi balita dengan *stunting* adalah 36,4%. Hasil ini diperkuat dengan data Pemantauan Status Gizi (PSG) selama 3 tahun terakhir, dimana balita pendek memiliki prevalensi tertinggi dibandingkan dengan masalah gizi lainnya seperti gizi

kurang, kurus, dan gemuk. Pada tahun 2016 prevalensi balita pendek mengalami peningkatan sebesar 27,5% dan pada tahun 2017 menjadi 29,6%.

Prevalensi balita sangat pendek dan pendek usia 0-59 bulan di Indonesia tahun 2017 adalah 9,8% dan 19,8%. Provinsi dengan prevalensi tertinggi balita sangat pendek dan pendek pada usia 0-59 bulan tahun 2017 adalah Nusa Tenggara Timur sebesar 40,3% dengan kategori sangat pendek sebesar 18% dan pendek sebesar 22,3%. Sedangkan provinsi dengan prevalensi terendah adalah Bali sebesar 19,1% dengan kategori sangat pendek sebesar 4,9% dan pendek sebesar 14,2%. Hanya 5 provinsi yang mempunyai prevalensi kurang dari 30 persen yaitu Kepulauan Riau, Yogyakarta, DKI, Kalimantan Timur dan Bangka Belitung (Riskesdas, 2013-2018).

Menurut (Naim & dkk, 2017) dari hasil penelitiannya dari 38 ibu hamil yang datang ke Puskesmas, hanya 2 orang ibu hamil saja yang pernah mendengar tentang 1000 HPK, namun ibu tersebut tidak mengetahui secara jelas terkait 1000 HPK tersebut, dimana ibu hamil tersebut juga belum merencanakan dan mempersiapkan kebutuhan nutrisi ibu dan bayi sejak masa kehamilan sehingga hal ini berisiko terhadap penurunan kesehatan ibu dan bayi nantinya. Peran perawat komunitas menurut (Naim, Juniarti, & Yamin, 2017) sebagai edukator, pembela, pemberi asuhan, dan pemimpin komunitas. Memberikan edukasi kepada individu, keluarga dan kelompok masyarakat yang berisiko mengalami masalah kesehatan khususnya sasaran kelompok 1000 HPK yaitu ibu hamil, ibu menyusui dan bayi 0-24 bulan untuk meningkatkan status gizi ibu hamil, meningkatkan ASI eksklusif dan pemberian makanan pendamping ASI secara tepat. Peran perawat ini perlu digabungkan dengan peran tenaga kesehatan lain di Puskesmas sehingga dapat meningkatkan kesehatan ibu hamil.

Puskesmas Watubaing adalah Puskesmas yang memiliki angka kejadian stunting tertinggi diantara 23 Puskesmas yang ada di Kabupaten Sikka, NTT. Kejadian stunting yang terjadi ini dipengaruhi berbagai faktor antara lain adalah tidak tersampainya informasi yang berhubungan dengan gizi pada 1000 HPK yang disampaikan oleh petugas kesehatan saat atau selama menggunakan pelayanan Kesehatan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan karakteristik dan tingkat pengetahuan ibu dengan praktik seribu hari pertama kehidupan (1000 HPK) di Puskesmas Watubaing Kabupaten Sikka.

. Berdasarkan fenomena diatas, membuat penulis tertarik untuk mengambil penelitian berjudul “Hubungan karakteristik dan tingkat pengetahuan ibu dengan praktik seribu hari pertama kehidupan di Puskesmas Watubaing Kabupaten Sikka.”

METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif korelatif dengan pendekatan *cross-sectional* dengan metode penelitian kuantitatif. Penelitian dilakukan di Puskesmas Watubaing Kabupaten Sikka pada bulan Januari-Februari 2020.

Subjek penelitian adalah ibu yang memiliki anak usia 1.5-2.5 tahun di Puskesmas Watubaing Kabupaten Sikka. Jumlah subjek penelitian adalah 124 orang yang didapatkan melalui purposive sampling. Adapun kriteria inklusi yaitu ibu yang memiliki anak terakhir usia 1,5-2,5 tahun, berdomisili di wilayah Puskesmas Watubaing Kabupaten Sikka, ibu yang bisa baca dan tulis, ibu yang memiliki riwayat menyusui dan tidak menyusui. Kriteria eksklusi yaitu tidak bersedia menjadi responden, tidak ada di tempat. Variabel yang diukur dalam penelitian ini antara lain usia, pendidikan, pengetahuan ibu dan praktik 1000 HPK.

Pengumpulan data dilakukan dengan instrument penelitian berupa kuesioner. Kuesioner sudah melalui tahap uji validitas dan reliabilitas pada 35 responden di Puskesmas Kopeta Kabupaten Sikka. Penelitian ini tidak menampilkan identitas responden dan memegang prinsip etika penelitian. Penelitian ini telah melalui uji etik dengan no 43/KEEPKSTIKSC/XI/2019.

Analisis data yang digunakan adalah uji chi-square untuk mengetahui korelasi antara variabel indepen dan dependen.

HASIL

Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi frekuensi Usia, Pendidikan dan Pengetahuan di Puskesmas Watubaing Kabupaten Sikka, Maumere, NTT

Usia	N	(%)
26-35	103	83.1
36-45	19	15.3
46-55	2	1.6
Pendidikan		
Rendah	89	71.8
Tinggi	35	28.2
Pengetahuan		
Baik	14	11.3
Cukup	87	70.2
Kurang	23	18.5
Total	124	100

Tabel 2. Distribusi frekuensi Praktik 1000 HPK di Puskesmas Watubaing Kabupaten Sikka, Maumere, NTT

Praktik 1000 HPK	n	(%)
Kurang	5	4
Cukup	102	82.3
Baik	17	13.7
Total	124	100

Analisis Bivariat

Tabel 3. Analisis Hubungan Pendidikan dan Pengetahuan dengan Praktik 1000 HPK di Puskesmas Watubaing Kabupaten Sikka, Maumere, NTT

Variabel	Praktik 1000 HPK						Total		P Value
	Baik		Cukup		Kurang		n	%	
	n	%	n	%	n	%	n	%	
Usia									
Dewasa Awal	3	2.9	85	82.5	15	14.6	103	100	0.57
Dewasa Akhir	2	10.5	15	78.9	2	10.5	19	100	
Lansia Awal	-	-	2	100	-	-	2	100	
Pendidikan									
Rendah	1	1.1	75	84.5	13	14.6	89	100	0.031
Tinggi	4	11.4	27	77.1	4	11.4	35	100	
Pengetahuan									
Kurang	-	-	21	91.3	2	8.7	23	100	0.072
Cukup	5	5.7	72	82.8	10	11.5	87	100	
Baik	-	-	9	64.3	5	35.7	14	100	

Pada tabel 3, menjelaskan mengenai Pendidikan dengan praktik 1000 HPK. Hasil uji statistik dengan Chi-Square, nilai p-value = 0,031 < kurang dari nilai α (0,05). Hasil menunjukkan Ho ditolak, maka terdapat hubungan pendidikan dengan praktik 1000 HPK di Puskesmas Watubaing Kabupaten Sikka. Hal ini terlihat bahwa dari 102 ibu yang memiliki praktik 1000 HPK cukup melakukan sedangkan 17 responden dengan praktik 1000 HPK baik, sisanya kurang melakukan praktik yang benar selama 1000 HPK.

Pada variable pengetahuan dan usia ibu dari hasil Uji statistic dengan Chi-square, nilai p-value sebesar 0,072 dan 0.52 lebih besar dari nilai α (0,05) dengan demikian Ho diterima yang dapat diartikan tidak ada hubungan pengetahuan dan usia ibu dengan praktik 1000 HPK.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan usia dengan praktik 1000 HPK (*p-value* 0.565). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sugianto (2016) hasil analisis diperoleh $p=0,325$ ($p>0,05$) yang berarti tidak terdapat hubungan antara umur ibu dengan pemberian ASI eksklusif. Umur ibu sangat menentukan kesehatan maternal karena berkaitan dengan kondisi kehamilan, persalinan dan nifas, serta cara mengasuh juga menyusui bayinya. Ibu yang berumur kurang dari 20 tahun masih belum matang dan belum siap secara jasmani dan sosial dalam menghadapi kehamilan, persalinan, dan menyusui bayi yang dilahirkan. Sedangkan pada usia 35 tahun ke atas di mana produksi hormon relatif berkurang, mengakibatkan proses laktasi menurun, sedangkan pada usia remaja 20 tahun kebawah perkembangan fisik, psikologis, maupun sosial belum siap sehingga dapat mengganggu keseimbangan psikologis dan dapat mempengaruhi dalam produksi ASI. Usia 20-35 tahun adalah usia reproduksi sehat dan matang sehingga dapat sangat mendukung untuk pemberian ASI eksklusif, sedangkan usia 35 tahun meskipun memiliki bayi dengan status gizi baik namun pada usia tersebut dianggap berbahaya, sebab baik alat reproduksinya maupun fisik ibu sudah jauh berkurang dan menurun, selain itu bisa terjadi resiko penyakit bawaan pada bayi dan juga dapat meningkatkan kesulitan pada kehamilan, persalinan, dan nifas (Berisha et al, 2019)

Hasil penelitian ini didapatkan usia yang optimal bagi seorang ibu hamil adalah usia 20-35 tahun karena pada usia tersebut rahim matang dan mampu menerima kehamilan baik ditinjau dari segi psikologi dan fisik. Usia 20-35 tahun merupakan usia yang dianggap aman untuk menjalani kehamilan dan persalinan. Karena pada usia <20 tahun kondisi fisik terutama organ reproduksi dan psikologis belum 100% siap menjalani masa kehamilan dan persalinan. Sedangkan kehamilan pada usia >35 tahun merupakan keadaan yang dikategorikan dalam resiko tinggi terhadap kelainan bawaan serta adanya penyulit selama masa kehamilan dan persalinan. Kemampuan seseorang dalam merespon kecemasan salah satunya dapat dipengaruhi oleh usia. Mekanisme coping yang baik lebih banyak diterapkan oleh

seseorang dengan usia dan pola pikir yang matang dibandingkan dengan kelompok umur yang lebih muda. Kelompok usia 20-35 tahun merupakan rentang umur reproduksi sehat dan cukup matang dari segi perkembangan jiwa seseorang. Umur memegang peranan penting dalam pengetahuan tentang sesuatu. Pada umumnya, usia yang lebih tua cenderung mempunyai banyak pengalaman dibandingkan dengan usia yang lebih muda. Pada ibu-ibu golongan ini sudah ada pengalaman dalam hal merawat bayinya termasuk dalam hal merawat bayinya termasuk dalam memberikan MP-ASI kepada bayi, memberikan ASI eksklusif, sehingga dengan adanya pengalaman tersebut maka akan menambah juga pengetahuan ibu.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan pendidikan dengan praktik 1000 HPK di Puskesmas Watubaing Kabupaten Sikka ($p = 0.031$) Hasil penelitian yang telah dilakukan di Kelurahan Tarok Dipo Wilayah Kerja Puskesmas Guguk Panjang didapatkan hubungan yang bermakna antara pendidikan ibu dengan pemberian ASI. Sesuai analisa data menggunakan uji chi square diperoleh nilai $p = 0,000$ menunjukkan bahwa nilai $p < 0,05$. Hasil perhitungan tersebut menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a terima (ada hubungan). Penelitian ini sejalan dengan Berisha et al. (2019), yang menemukan sebanyak 88.4% ibu memiliki pengetahuan yang baik tentang MP-ASI 6-12 bulan, sementara yang berpraktik baik hanya 38.4% ibu berhubungan waktu memulai MP-ASI. Peneliti juga menemukan ada hubungan antara pengetahuan ibu dengan tingkat Pendidikan ibu untuk pemberian dan praktik pembuatan MP-ASI. Pada penelitian Muthi'ah, A. (2017), dikemukakan bahawa tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat Pendidikan dengan sikap ibu terakit dengan 1000 HPK. Hal ini disebabkan karena pendidikan bukan satu-satunya faktor menyebabkan seseorang bertambah pengetahuannya.

Peneliti berasumsi bahwa dalam penelitian ini didapatkan pendidikan rendah yang umumnya dimiliki ibu dan juga keterbatasan akses terhadap media untuk menambah pengetahuan gizi dan kesehatan. Sehingga penting diadakannya kegiatan-kegiatan yang dapat memberikan pendidikan gizi kepada ibu. Sebagian besar tingkat pengetahuan ibu hamil termasuk dalam kategori cukup tidak terlepas

dari karakteristik responden itu sendiri diantaranya oleh pendidikan ibu yang sebagian besar responden memiliki jenjang pendidikan rendah (SD-SMP). Tingkat pendidikan seseorang turut menentukan mudah tidaknya menyerap dan memahami pengetahuan tentang praktik 1000 HPK. Tingkat pendidikan seseorang atau individu akan berpengaruh terhadap proses dan kemampuan berfikir sehingga mampu menangkap informasi baru.

Hasil penelitian ini menunjukkan juga bahwa tidak ada hubungan pengetahuan ibu dengan praktik 1000 HPK (p 0.072). Di negara berkembang. Kurangnya pengetahuan tentang 1000 HPK, bagi ibu menjadi tidak optimal dalam mempraktekkan pada diri sendiri dan anaknya untuk memenuhi kebutuhan tentang nutrisi dan kesehatannya, sehingga malnutrisi yang menyebabkan gangguan tumbuh kembang pada anak (WHO, 2003). Hasil penelitian sejalan dengan penelitian deskriptif dari Indah Iklima (2019) menyatakan bahwa ibu dominan memiliki pengetahuan kurang (52.2%) tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) pada ibu di Tasikmalaya. Firmansyah et al. (2016), yang menyatakan bahwa 1000 hari pertama kehidupan seorang anak semakin diakui sebagai kerangka waktu penting untuk kesehatan, hingga menjadi dewasa dimana nutrisi memainkan peran penting untuk status kesehatan kehidupan seseorang, sehingga dengan meningkatkan pengetahuan ibu hamil dapat meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan bagi ibu dan bayinya. Hasil penelitiannya ibu dominan memiliki pengetahuan kurang (64.9%) dan hanya 32 responden (43.2%) dengan sikap positif dan 16 responden (21.6%) bersikap negatif. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ibu dengan pengetahuan baik masih ada yang bersikap negatif dalam melakukan aktifitas fisik selama kehamilan. Trisnawati et al., (2016) dalam penelitiannya mengatakan bahwa tidak ada hubungan antara pengetahuan dengan sikap ibu hamil dalam memenuhi gizi di 1000 HPK, karena sikap dapat dipengaruhi oleh faktor internal (psikologis dan fisiologis) dan eksternal (komunikasi antar individu dengan individu lain).

Pada hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian dan Septiawati & Rahmiwati (2018) yang dilakukan di Palembang dimana pengetahuan signifikan terhadap praktik 1000 HPK, dimana peran Nakes untuk melakukan kelas pendidikan untuk menambah pengetahuan tentang masa hamil, nifas, menyusui

serta pembuatan makanan pada bayi 6-12 bulan.

Nainggolan & Hamidah (2019) mengemukakan hasil penelitiannya bahwa psikoedukasi *parenting* menunjukkan signifikansi sebesar 0.000 ($p < 0.05$) yang berarti ada peningkatan pengetahuan ibu dalam mengoptimalkan 1000 HPK setelah dilakukan psikoedukasi *parenting* di Posyandu. Hasil penelitian Muthi'ah (2017) mengatakan adanya hubungan signifikan antara pengetahuan dengan sikap tentang 1000 HPK. Pemberian edukasi memberikan efek positif terhadap pengetahuan dan sikap calon pengantin Wanita tentang 1000 HPK dimana terdapat peningkatan yang signifikan pada pengetahuan dan sikap setelah diberi edukasi.

Penelitian Rahayu dan Yustina, (2017), juga menjelaskan bahwa perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih baik dibandingkan dengan perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan karena didasari oleh pertimbangan, kesadaran, rasa ketertarikan dan sikap positif sehingga terbentuknya tindakan seseorang, perilaku akan lebih tertanam dalam diri apabila didasari oleh pengetahuan yang baik. Ariwibowo (2013) menjelaskan bahwa perilaku seseorang didasari oleh pengetahuan, pengetahuan seseorang akan berpengaruh terhadap pengambilan keputusan yang diambil untuk berperilaku tertentu. Perilaku yang didasari pengetahuan yang kuat akan membuat perilaku seseorang menjadi lebih langgeng. Pada penelitian ini pengetahuan tidak berhubungan dengan perilaku ibu, walaupun distribusi data menunjukkan bahwa 31 ibu hamil memiliki pengetahuan baik dan praktik aktivitas yang cukup tetapi setelah di uji menggunakan uji *Chi Square* tidak ada keterkaitan, hal ini dapat disebabkan bahwa ibu hamil yang sudah melakukan aktivitas rumah tangga sampai menghabiskan waktu untuk menyelesaikannya sehingga ibu hamil tidak memiliki waktu dipagi hari untuk melakukan aktivitas fisik seperti jalan sehat dan ibu hamil beranggapan bahwa apabila sudah melakukan aktivitas rumah tangga maka tidak perlu melakukan aktivitas fisik ibu hamil untuk menjaga kesehatan kehamilan yang lain.

Pada penelitian ini didapatkan sebagian besar tingkat pengetahuan ibu hamil termasuk dalam

kategori cukup tidak terlepas dari karakteristik responden itu sendiri diantaranya oleh pendidikan ibu yang sebagian besar responden memiliki jenjang pendidikan rendah (SD-SMP). Pengetahuan seseorang juga berpengaruh terhadap pendidikan, usia dan akses terhadap media yang digunakan, daerah perdesaan yang minim dengan akses media informasi, hanya saja mereka yang hidup di daerah perdesaan mau berusaha untuk mencari informasi atau tidak, dikarenakan usaha mereka adalah salah satu cara memperbaiki pengetahuan serta meningkatkan pengetahuannya (Trisnawati et al, 2016).

SIMPULAN

Setelah dilakukan penelitian terhadap 124 ibu di Puskesmas Watubaing Kabupaten Sikka tahun 2020 diambil kesimpulan bahwa dari total 124 ibu yang mempunyai anak usia 1,5-2,5 tahun di Puskesmas Watubaing Kabupaten Sikka rata – rata ibu yang memiliki usia dengan dewasa awal yaitu 26 – 35 tahun dengan persentase sebesar 83,1% sedangkan pendidikan mempunyai tingkat pendidikan rendah (SD-SMP) dengan persentase sebesar 71,8 %. Pengetahuan ibu dengan kategori pengetahuan cukup dengan persentase 70,2%. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan pendidikan dengan praktik 1000 HPK (p 0.031), dan tidak terdapat hubungan usia dan pengetahuan dengan praktik 1000 HPK (p 0.56 dan 0,072). Oleh sebab itu perilaku seseorang sebaiknya didasari oleh pengetahuan, pengetahuan seseorang akan berpengaruh terhadap pengambilan keputusan yang diambil untuk berperilaku kearah yang lebih baik. Perlunya pendampingan ibu dengan cara psikoedukasi *parenting* dimana pengetahuan bertambah terjadi perilaku dengan berpraktik baik dalam masa hamil, nifas, menyusui dan bagaimana melakukan pembuatan makanan pendamping ASI yang tepat.

SARAN

Latar belakang pendidikan rendah, sangat dominan dimiliki ibu yang mengikuti kegiatan posyandu di Puskesmas Watubaing. Praktik baik didasari dengan pengetahuan dapat berlangsung lama, agar ibu memiliki perilaku positif mampu melakukan pemberian Makanan Pendamping ASI dengan tepat,

sehingga angka stunting akan berangsur menurun, maka diperlukan program kerja dari Dinas Kesehatan dan peran serta tenaga Kesehatan di Puskesmas serta melibatkan kader Kesehatan untuk dapat memberikan pendampingan kepada ibu masa hamil, nifas dan menyusui, selain itu Praktik pemberian MP-ASI juga diperlukan dengan cara pemilihan bahan makanan dan acara membuat makanan sesuai dengan program Kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ariwibowo, R (2013) Hubungan Antara Umur, Tingkat Pendidikan, Pengetahuan, Sikap Terhadap Praktik Safety Riding Awareness Pada Pengendara Ojek Sepeda Motor Di Kecamatan Banyumanik, *JURNAL KESEHATAN MASYARAKAT* 2013, Vol 2. (1)
- Berisha, M., Ramadani, N., Hoxha, R., Gashi, S., Zhjeqi, V., Zajmi, D., & Begolli, I. (2017). Knowledge, attitudes and practices of mothers in kosova about complementary feeding for infant and children 6-24 months. *Medical Archives*, 71(1), 37.
- Indarwati, I., Kurniawati, A. A., Wahyuni, E. S., & Maryatun, M. (2019). Kajian Aktivitas Fisik Ibu Hamil Dalam Menjaga Kehamilannya Di Wilayah Kerja Puskesmas Karangtengah Kabupaten Wonogiri. *Jurnal Kebidanan Indonesia: Journal of Indonesia Midwifery*, 10(2), 8-18.
- Firmansyah, A., Chongviriyaphan, N., Dillon, D. H., Khan, N.C.,Morita,T.,Tontisirin, K., ... Vaughan, E. E. (2016). Fructans in the first 1000 days of life and beyond, and for pregnancy. *Asia Pacific Journal of Clinical Nutrition*, 25(4), 652–675.
- Indah Iklima,.A. (2019). Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Pentingnya 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) Di Kelurahan Sukamanah Kecamatan Cigeureung Kota Tasikmalaya Tahun 2019.
- Marchianti, A. C. N., Sakinah, E. N., & Diniyah, N. (2017). Efektifitas penyuluhan gizi pada kelompok 1000 HPK dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap kesadaran gizi. *Journal of Agromedicine and Medical Sciences*, 3.
- Muthi'ah, A. (2017). Efikasi Pemberian Edukasi terkait 1000 Hari Pertama Kehidupan terhadap Pengetahuan dan Sikap Calon Pengantin Wanita.
- 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).

- Nainggolan, C. R. T., & Hamidah, H. (2019). Psikoedukasi Parenting untuk Meningkatkan Pengetahuan Ibu dalam Mengoptimalkan 1000 Hari Pertama Kehidupan. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 11(2), 88-97.
- Rahmawati, W., Wirawan, N. N., Wilujeng, C. S., Fadhilah, E., Nugroho, F. A., Habibie, I. Y., ... & Ventyaningsih, A. D. I. (2016). Gambaran Masalah Gizi pada 1000 HPK di Kota dan Kabupaten Malang (Illustration of Nutritional Problem in the First 1000 Days of Life in Both City and District of Malang, Indonesia). *Indonesian Journal of Human Nutrition*, 3(1), 20-31.
- Rahayu, T. B., dan Yusnita, A. 2017. Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Senam Hamil Dengan Ketidaknyamanan Trimester III. *Jurnal Medika Respati*. Vol (12). No 2
- Septiawati, I., & Rahmiwati, A. (2018). *Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Gerakan 1000 Hari Pertama Kehidupan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Boom Baru Palembang* (Doctoral dissertation, Sriwijaya University).
- Trisnawati, Y., Purwanti, S., & Retnowati, M. (2016). Studi Deskriptif Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil tentang Gizi 1000 Hari Pertama Kehidupan di Puskesmas Sokaraja Kabupaten Banyumas. *Jurnal Kebidanan*, 8(02)
- WHO. (2003) *Global Strategy for Infant and Young Child Feeding*. Geneva, Switzerland