

EDUKASI TENTANG 1000 HPK DENGAN MEDIA BOOKLET DAN PENGUKURAN LINGKAR LENGAN ATAS PADA IBU HAMIL

Dimpu Rismawaty Nainggolan¹, Janner Pelanjani Simamora^{2*}

^{1,2}Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan, Indonesia

jannerosaze@gmail.com

ABSTRAK

Abstrak: Salah satu faktor risiko utama stunting adalah Kekurangan Energi Kronik (KEK) pada ibu hamil, yang sering terjadi akibat kurangnya asupan gizi dan rendahnya pengetahuan ibu tentang pola makan seimbang selama kehamilan. Hasil Penjajakan yang dilakukan oleh tim Pengabdian ke Dinas Kesehatan bahwa Kejadian KEK di Tapanuli Utara tergolong masih tinggi yaitu sebanyak 305 Ibu hamil dan balita pendek sebanyak 1212 tahun 2024. Begitu juga penjajakan ke Puskesmas Sitadatada bahwa masih ditemukan ibu hamil dengan kondisi KEK sebanyak 10 ibu hamil dan balita pendek sebanyak 29 Balita. Tujuan dari pengabdian ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang KEK dan melaksanakan pemeriksaan LiLA ibu hamil. Metode penyuluhan menggunakan media booklet tentang 1000 HPK. Pengukuran Pengetahuan ibu hamil tentang 1000 HPK menggunakan metode *pre-test* dan *post-test* dengan membagi kuesioner sebanyak 12 pertanyaan. Sasaran dalam pelaksanaan pengabdian ini adalah ibu hamil sebanyak 39 ibu hamil yang ada di Puskesmas Sitadatada. Hasil *pre-test* & *post-test* dapat dilihat terjadi peningkatan pengetahuan ibu hamil dimana ibu hamil yang berpengetahuan baik pada saat *pre-test* sebanyak 8 orang (20,51 %) meningkat menjadi 28 ibu hamil (71,79 %) pada saat *post-test* dan pengetahuan cukup sebanyak 31 ibu hamil (79,49 %) hasil *pre-test* menjadi 11 ibu hamil (28,21 %) hasil *post-test*. Hasil pengukuran LiLA ibu hamil yaitu >23,5 cm sebanyak 33 orang (84,62 %) tetapi masih ditemukan yang KEK sebanyak 6 orang (15,38 %).

Kata kunci: 1000 HPK; Booklet; lingkaran Lengan Atas.

Abstract: One of the main risk factors for stunting is Chronic Energy Deficiency (CED) in pregnant women, which often occurs due to inadequate nutritional intake and mothers' limited knowledge of balanced diets during pregnancy. The results of a survey conducted by the community service team at the Health Office indicate that the incidence of CED in North Tapanuli remains high, affecting 305 pregnant women and 1,212 stunted toddlers in 2024. Similarly, a survey at the Sitadatada Community Health Center found 10 pregnant women with CED and 29 stunted toddlers. The objective of this community service project is to improve pregnant women's knowledge about CED and to conduct LiLA measurements for pregnant women. The educational method utilized a booklet on the "1,000 Days of Life" program. Knowledge of the "1,000 Days of Life" program among pregnant women was assessed using a pre-test & post-test method with a 12-question questionnaire. The target group for this community service project consisted of 39 pregnant women at the Sitadatada Community Health Center. The pre-test and post-test results showed an increase in the expectant mothers' knowledge: the number of expectant mothers with good knowledge, which was 8 (20.51%) in the pre-test, increased to 28 (71.79%) in the post-test; and the number with adequate knowledge, which was 31 (79.49%) in the pre-test, decreased to 11 (28.21%) in the post-test. The results of the LiLA measurements for pregnant women showed that 33 women (84.62%) had a measurement of >23.5 cm, but 6 women (15.38%) were still found to be malnourished.

Keywords: 1,000 HPK; Booklet; Upper Arm Circumference.



Article History:

Received: 31-08-2026

Revised : 11-09-2026

Accepted: 16-09-2026

Online : 01-10-2026



This is an open access article under the
CC-BY-SA license

A. LATAR BELAKANG

Masa 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) mencakup periode sejak awal kehamilan hingga anak berusia dua tahun dan merupakan masa yang sangat krusial dalam menentukan kualitas sumber daya manusia di masa depan (Kemenkes, 2018). Permasalahan gizi pada masa 1000 HPK di Indonesia masih cukup tinggi, ditandai dengan prevalensi stunting sebesar 21,5% pada tahun 2023. Stunting terjadi akibat kekurangan gizi terutama pada saat 1000 HPK. Salah satu faktor risiko utama stunting adalah Kekurangan Energi Kronik (KEK) pada ibu hamil, yang sering terjadi akibat kurangnya asupan gizi dan rendahnya pengetahuan ibu tentang pola makan seimbang selama kehamilan. KEK adalah keadaan kekurangan asupan energi yang berlangsung dalam waktu relatif lama sehingga menyebabkan rendahnya cadangan energi tubuh dengan hasil pengukuran LiLA <23,5 cm (Kemenkes, 2024a). Percepatan penurunan stunting memerlukan strategi dan metode baru yang lebih kolaboratif dan berkesinambungan mulai dari hulu hingga hilir. Untuk melakukan percepatan penurunan prevalensi stunting, pemerintah mencanangkan target menjadi 14 persen pada tahun 2024. Hasil Survei Status Gizi Balita Indonesia menunjukkan, bahwa prevalensi stunting di Indonesia tahun 2022 berhasil ditekan menjadi 21,6 (Kemenkes, 2024b). Berdasarkan SSGI tahun 2022 program 1000 HPK dapat menurunkan angka kejadian stunting (Rimadina & Herdhianta, 2023).

Hasil Penjajakan yang dilakukan oleh tim Pengabdian ke Dinas Kesehatan Kabupaten Tapanuli Utara bahwa Kejadian KEK di Tapanuli Utara tergolong masih tinggi yaitu sebanyak 305 Ibu hamil dan balita pendek sebanyak 1212. Begitu juga penjajakan yang dilakukan pengabdian ke Puskesmas Sitadatada bahwa masih ditemukan ibu hamil dengan kondisi KEK sebanyak 10 ibu hamil dan balita pendek sebanyak 29 Balita. Salah satu penyebab tingginya KEK di Tapanuli Utara adalah tidak rutin memeriksakan kehamilan dan ibu kurang dalam memenuhi nutrisi pada kehamilannya (Dinkes Tapanuli Utara, 2025). Selain faktor tersebut terdapat beberapa faktor risiko yang dapat memengaruhi asupan energi dan protein pada ibu hamil antara lain umur, jumlah paritas, jarak kehamilan, status gizi, tingkat pendidikan, status ekonomi dan frekuensi ante natal care (ANC) (Husna et al., 2020). Riwayat penyakit infeksi juga dapat memengaruhi kejadian KEK pada ibu hamil (Vindiasari & Dewi, 2026).

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Soekmawaty (2026) terdapat pengaruh yang signifikan pemberian edukasi KEK melalui booklet terhadap pengetahuan ibu hamil trimester III (Soekmawaty et al., 2026). Begitupun penelitian yang dilakukan Suryani (2022) dari hasil uji t-test pengetahuan menggunakan media audiovisual p value=0.000 dan media booklet p value= 0.000, diperoleh kesimpulan bahwa ada perubahan signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan intervensi dengan media audiovisual dan booklet (Suryani et al., 2022). Penelitian yang dilakukan oleh

Putri dan Fadila (2025) menunjukkan bahwa ada peningkatan pengetahuan yang signifikan pada dua kelompok booklet dan e booklet ($p < 0,001$). Dengan demikian, media edukasi gizi baik booklet maupun e-booklet sama-sama efektif (Putri & Fadila, 2025).

Menurut penelitian Mappamadeng, salah satu upaya untuk merubah pengetahuan dan sikap ibu terhadap 1000 HPK adalah dengan memberikan pendidikan kesehatan. Keberhasilan pendidikan kesehatan tergantung kepada komponen pembelajaran, salah satunya media. Media mempunyai peranan yang sangat penting dalam menentukan proses penyampaian pesan. Pemilihan media yang tepat akan membantu keberhasilan proses tersebut, sebaliknya penggunaan media yang tidak tepat akan menyulitkan penerima pesan. Salah satu media yang digunakan adalah media booklet (Mappamadeng et al., 2021). Booklet adalah buku berukuran kecil yang didesain untuk mengedukasi pembaca dengan tips dan strategi untuk menyelesaikan suatu masalah. Menurut penelitian Fuadiyah dan Wijayanti, booklet adalah sumber belajar berbentuk buku kecil sederhana yang dilengkapi dengan warna dan ilustrasi yang menarik minat peserta didik dan memiliki ukuran yang kecil sehingga dapat dipelajari dimana saja. Booklet dirancang secara sistematis, memuat informasi atau materi pembelajaran yang sesuai dan dilengkapi dengan gambar dan ilustrasi. Informasi yang disajikan pada booklet singkat, padat, dan jelas, dan mudah dipahami (Fuadiyah & Wijayanti, 2024).

Hasil penelitian yang dilakukan pengabdian tahun 2024, dengan menggunakan uji independent sample T Test diperoleh hasil pengukuran pengetahuan nilai p value sebesar 0,729 ($> 0,05$) serta perubahan sikap (p value sebesar 0,381 ($> 0,05$)). Dapat diambil kesimpulan bahwa tidak ada perbedaan efektifitas metode booklet dan metode poster terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap ibu primigravida. Artinya bahwa metode booklet dan metode poster sama-sama efektif meningkatkan pengetahuan dan merubah sikap ibu primigravida tentang 1000 HPK di Puskesmas Siborong-borong, Pangaribuan, Sipahutar dan Siatas Barita (Simamora & Nainggolan, 2024).

Begitu juga hasil penelitian yang dilakukan oleh Rona dkk. (2025) dimana hasil penelitiannya menyatakan bahwa booklet efektif meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang gizi 1000 HPK dengan $p < 0,05$. Yang artinya, booklet tentang pendidikan gizi dapat membantu sikap dan pemahaman ibu hamil tentang gizi 1000 HPK, yang juga dapat digunakan sebagai taktik promosi kesehatan berbasis masyarakat (Rona et al., 2025). WHO menjelaskan bahwa literasi kesehatan berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk mengakses, memahami, menilai, dan menggunakan informasi kesehatan. WHO juga menyatakan bahwa peningkatan akses terhadap informasi kesehatan yang dapat dipercaya dan mudah dipahami dapat memperkuat kemampuan seseorang dalam mengambil keputusan kesehatan (WHO, 2025).

Berdasarkan uraian dan permasalahan yang ditemukan pada Mitra, serta hasil penelitian yang dilakukan pengabdian maka pengabdian melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat tentang edukasi 1000 HPK dengan media booklet dan pengukuran lingkaran lengan atas pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Sitaditanda Kabupaten Tapanuli Utara. Pelaksanaan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu hamil mengenai pentingnya 1000 HPK, meningkatkan pemahaman tentang pemenuhan gizi selama kehamilan dan pencegahan KEK, serta melakukan deteksi dini risiko KEK melalui pengukuran LiLA. Kegiatan ini juga bertujuan mendorong ibu hamil untuk menerapkan perilaku gizi yang tepat serta memanfaatkan booklet sebagai sumber informasi yang dapat digunakan secara mandiri.

B. METODE PELAKSANAAN

1. Pelaksanaan Program

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dilakukan pada ibu hamil di Kabupaten Tapanuli Utara yang berjumlah 39 orang. Kegiatan edukasi tentang 1000 HPK pada ibu hamil menggunakan media booklet yang berisi definisi dan konsep 1000 HPK, definisi dan konsep KEK, serta stunting. Mitra dipilih berdasarkan kehadiran dalam kegiatan Posyandu kelas ibu hamil serta kesediaan mengikuti rangkaian kegiatan pendidikan kesehatan dan pengukuran LiLA.

Metode kegiatan yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini adalah melakukan penyuluhan (Pendidikan kesehatan) dengan media booklet, diskusi/tanya jawab, serta pengukuran LiLA ibu hamil. Selain itu, digunakan metode pre-test dan post-test melalui pengisian kuesioner untuk mengukur peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang 1000 HPK. Pelaksanaan kegiatan dibagi ke dalam tiga tahapan sebagai berikut:

1. Tahap Pra Kegiatan

Pada tahap ini dilakukan beberapa persiapan, yaitu: Koordinasi dengan pihak Puskesmas dan kader Posyandu terkait waktu dan tempat pelaksanaan kegiatan. Identifikasi dan pendataan ibu hamil yang menjadi peserta kegiatan dan penyusunan booklet sebagai metode untuk pendidikan kesehatan yang berisi definisi dan konsep 1000 HPK, definisi dan konsep KEK, serta stunting.

2. Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan pertama dimulai dengan pretest untuk pengukuran awal pengetahuan ibu hamil terkait 1000 HPK, pengisian daftar hadir, serta penyampaian tujuan kegiatan pengabdian dan pengukuran LiLA. Selanjutnya pemberian pendidikan kesehatan melalui media booklet disertai diskusi dan tanya jawab untuk meningkatkan pemahaman tentang 1000

HPK. Memberikan kesempatan peserta untuk bertanya dan berbagi kendala yang dihadapi.

3. Tahap Evaluasi

Pertemuan kedua peserta mengisi kuesioner post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang 1000 HPK. Pada tahap terakhir kita melihat bahwa keberhasilan kegiatan ini ditandai dengan adanya peningkatan skor pengetahuan pada hasil *post-test* dibandingkan *pre-test*.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Tahap Pra Kegiatan

Hasil tahap pra kegiatan meliputi terlaksananya koordinasi dengan pihak Puskesmas dan kader Posyandu mengenai waktu, tempat, dan teknis pelaksanaan kegiatan; tersedianya data ibu hamil yang menjadi peserta kegiatan; serta tersusunnya booklet sebagai media pendidikan kesehatan. Booklet memuat materi tentang konsep 1.000 HPK, KEK, dan stunting yang disajikan secara sederhana dan mudah dipahami oleh ibu hamil. Media tersebut selanjutnya digunakan sebagai sarana edukasi dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai pentingnya pemenuhan gizi selama kehamilan dan pencegahan KEK serta stunting.

2. Tahap Pelaksanaan

Sebelum dilaksanakan penyuluhan tentang 1000 HPK pada ibu hamil, terlebih dahulu dilakukan *pre-test*. Indikator pengukuran pengetahuan menggunakan teori dari Notoatmodjo ((Notoatmodjo, 2014), yaitu: (a) Pengetahuan baik, bila skor atau nilai 76-100%; dan (b) Pengetahuan cukup bila skor atau nilai dibawah 76%. Adapaun pelaksanaan kegiatan seperti terlihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Pelaksanaan Penyuluhan tentang 1000 HPK pada ibu hamil di

Hasil pelaksanaan kegiatan menunjukkan bahwa seluruh rangkaian edukasi dapat terlaksana dengan baik. Pretest dilakukan untuk memperoleh gambaran awal pengetahuan ibu hamil mengenai 1.000 HPK, sedangkan pengukuran LiLA dilakukan untuk mengetahui kondisi dan mengidentifikasi risiko KEK pada peserta. Edukasi menggunakan booklet berlangsung secara interaktif melalui diskusi dan tanya jawab. Peserta

tampak antusias dan aktif berpartisipasi dengan mengajukan pertanyaan serta menyampaikan berbagai kendala yang berkaitan dengan pemenuhan gizi selama kehamilan. Penggunaan booklet membantu peserta memperoleh informasi secara sistematis mengenai 1.000 HPK, KEK, dan stunting serta memperkuat pemahaman peserta terhadap pentingnya pemenuhan gizi selama kehamilan. Pengukuran LiLa Ibu Hamil seperti terlihat pada Gambar 2.

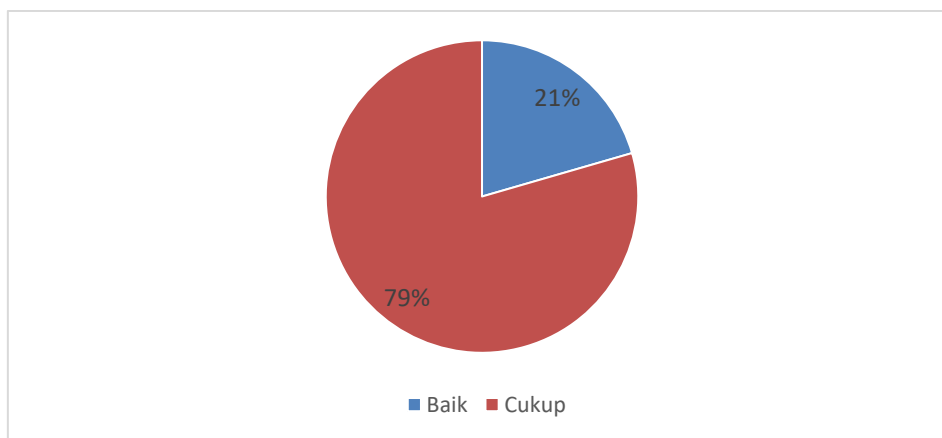


Gambar 2. Pengukuran LiLA Ibu Hamil

3. Tahap Evaluasi

a. Evaluasi Hasil Kuesioner *Pre-Test*

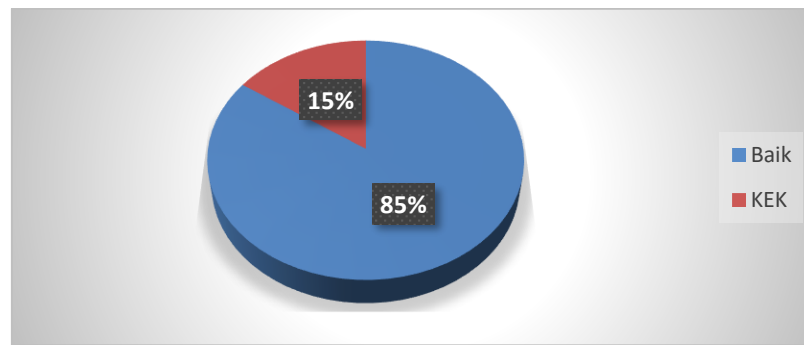
Dari kuesioner *pre-test*, pengetahuan ibu hamil didapatkan hasil yaitu ibu hamil yang berpengetahuan baik sebanyak 8 orang (21 %) dan berpengetahuan cukup sebanyak 31 orang (79 %) seperti terlihat pada Gambar 3.



Gambar 3. Hasil *Pre-Test* Pengetahuan Tentang 1000 HPK Posyandu

b. Hasil Pengukuran Lingkar Lengan Atas pada Ibu Hamil

Dari pengukuran LiLA ibu hamil didapatkan hasil bahwa LiLA $>23,5$ cm ada sebanyak 33 orang (85 %) tetapi masih ditemukan yang kurang dari 23,5 cm (KEK) sebanyak 6 orang (15%), seperti terlihat pada Gambar 4.

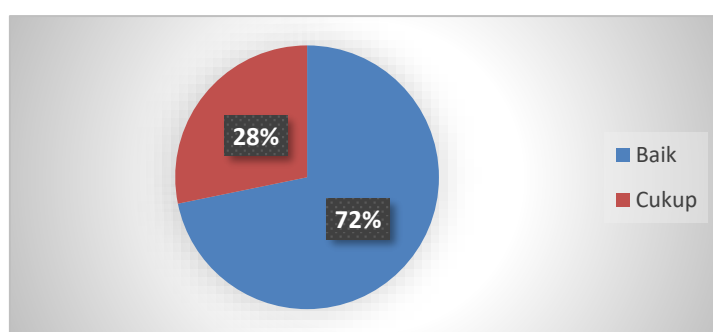


Gambar 4. Hasil Pengukuran LiLA Pada Ibu Hamil

Malnutrisi pada ibu hamil dapat berdampak serius pada kesehatan ibu dan bayi, sehingga deteksi dini sangat penting. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Duerte dan Siti (2025) dengan metode literatur review menyatakan bahawa perlunya pelatihan bagi tenaga kesehatan dalam penggunaan LiLA serta pengembangan program edukasi untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya pemantauan status gizi selama kehamilan. Dengan demikian, LiLA dapat menjadi alat yang lebih efektif dalam upaya pencegahan malnutrisi akut pada kelompok ibu hamil (Mau-Buti & Nadhiroh, 2025).

c. Kegiatan *Post-Test* tentang Edukasi 1000 HPK pada ibu hamil

Kegiatan posttest kembali dilaksanakan pada kegiatan Posyandu pada bulan berikutnya setelah pelaksanaan penyuluhan. Dari kuesioner tentang 1000 HPK kepada ibu hamil didapatkan hasil dengan metode post test yaitu berpengetahuan baik sebanyak 28 orang (71%) dan pengetahuan cukup sebanyak 11 orang (28 %), seperti terlihat pada Gambar 5.

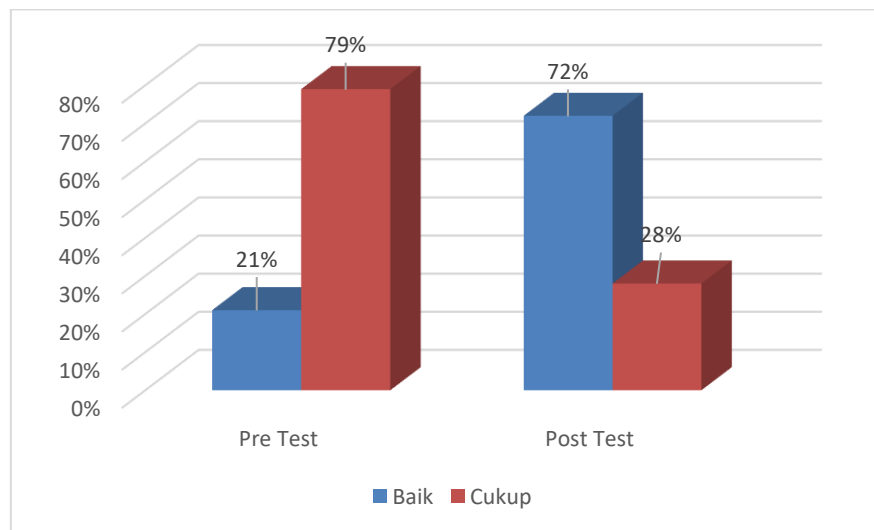


Gambar 5. Hasil *Post-Test* Pengetahuan Tentang 1000 HPK

4. Monitoring dan Evaluasi

Dari hasil pengukuran pengetahuan ibu hamil dengan pre test dan post test, dapat terlihat bahwa jumlah ibu hamil dengan pengetahuan baik tentang 1000 HPK Pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Sitada-tada terjadi peningkatan dari 21 % menjadi 72 %, dan ibu hamil dengan pengetahuan cukup menurun dari 79 % menjadi 28 %. Dari hasil tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa dengan adanya pelaksanaan edukasi

tentang 1000 HPK Pada Ibu Hamil menggunakan media Booklet di Wilayah Kerja Puskesmas Sitada-tada, pengetahuan ibu hamil meningkat. Perbandingan hasil pengukuran pengetahuan ibu hamil tentang 1000 HPK pada saat *pre-test* dan *post-test*, seperti terlihat pada Gambar 6.



Gambar 6. Perbandingan Hasil *Pre-Test* dan *Post-Test*

Hasil pengabdian ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilaksanakan tim pengabdi, pada tahun 2024 dengan menggunakan uji independent sample T Test diperoleh hasil pengukuran pengetahuan nilai p value sebesar 0,729 ($> 0,05$) serta perubahan sikap (p value sebesar 0,381 ($> 0,05$)). Dapat diambil kesimpulan bahwa tidak ada perbedaan efektifitas metode booklet dan metode poster terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap ibu primigravida. Artinya bahwa metode booklet dan metode poster sama-sama efektif meningkatkan pengetahuan dan merubah sikap ibu primigravida tentang 1000 HPK di Puskesmas Siborong-borong, Pangaribuan, Sipahutar dan Siatas Barita (Simamora & Nainggolan, 2024).

Hasil pengabdian ini juga sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Hardianti dkk. (2024) menyatakan bahwa skor pengetahuan meningkat secara signifikan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol, dengan peningkatan yang lebih besar diamati pada kelompok intervensi (perbedaan rata-rata = 5,12; $p < 0,001$) dibandingkan dengan kelompok kontrol (perbedaan rata-rata = 2,64; $p < 0,001$). Perbedaan yang signifikan antarkelompok dikonfirmasi ($U = 503.000$; $p = 0.001$). Temuan ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan berbasis booklet lebih efektif daripada metode berbasis ceramah dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang 1.000 hari pertama kehidupan dan merupakan strategi praktis untuk mendukung pencegahan stunting di lingkungan sumber daya rendah (Hardianti, 2026).

Begitu juga dengan hasil penelitian yang berjudul Pengaruh Media Edukasi Booklet terhadap Pengetahuan Ibu Hamil tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) di Puskesmas Simpang Kiri dan Puskesmas

Rundeng Kota Subulussalam didapatkan Terdapat perbedaan dalam pengetahuan dan sikap terkait WUS sebelum dan sesudah intervensi. Berdasarkan hasil uji Wilcoxon, diperoleh nilai $p = 0,000$ untuk variabel pengetahuan dan $p = 0,001$ untuk variabel sikap yang artinya booklet efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang 1000 HPK (Hidayati et al., 2022).

Hasil Penelitian Susanti juga menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan menggunakan booklet berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang 1000 HPK. Penelitian ini menggunakan quasi experiment dengan pre-post test with control group pada 30 ibu hamil di PMB Herasdiana Palembang. Hasilnya Uji Wilcoxon pada kelompok intervensi menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan, $p = 0,0005$. Uji Mann–Whitney menunjukkan perbedaan signifikan antara kelompok intervensi dan kontrol, $p = 0,001$ (Susanti, 2021)

Dalam teori pendidikan kesehatan Notoatmodjo, media pendidikan kesehatan berfungsi sebagai alat bantu dalam menyampaikan pesan kesehatan. Media dapat membantu memperjelas pesan sehingga informasi lebih mudah diterima oleh sasaran (Notoatmodjo, 2018), salah satu medianya adalah booklet. Peningkatan pengetahuan merupakan hasil dari proses edukasi, sedangkan booklet menjadi media yang membantu proses penyampaian dan penguatan pesan.

5. Kendala yang dihadapi atau Masalah yang terekam

Dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat, terdapat beberapa kendala yang dihadapi, antara lain keterbatasan waktu peserta karena kegiatan dilaksanakan bersamaan dengan pelayanan pemeriksaan kehamilan, perbedaan tingkat pengetahuan dan pemahaman ibu hamil mengenai 1000 HPK, serta keterbatasan konsentrasi peserta selama penyampaian materi. Selain itu, pada pelaksanaan pengukuran LiLA diperlukan ketelitian dalam menentukan posisi dan titik pengukuran serta pembacaan hasil agar diperoleh data yang akurat. Oleh karena itu, diperlukan penyampaian edukasi yang sederhana dan interaktif serta pendampingan individual bagi ibu hamil yang memerlukan penjelasan lebih lanjut.

D. SIMPULAN DAN SARAN

Media booklet tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan dapat membantu sikap dan pemahaman ibu hamil yang juga dapat digunakan sebagai taktik promosi kesehatan berbasis masyarakat. Hasil pengukuran pengetahuan ibu hamil dengan pre test dan post test, dapat terlihat bahwa jumlah ibu hamil dengan pengetahuan baik tentang 1000 HPK Pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Sitada-tada terjadi peningkatan dari 21 % menjadi 72 %, dan ibu hamil dengan pengetahuan cukup menurun dari 79 % menjadi 28 %. Diharapkan kepada bidan yang bertanggungjawab di Poskesdes dan Pustu

untuk tetap mensosialisasikan secara rutin dalam kegiatan posyandu tentang pengabdian ini dan diharapkan dapat mendorong ibu untuk menerapkan perilaku hidup sehat serta memenuhi kebutuhan nutrisi secara optimal.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur Penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Kuasa atas berkat kasih-Nya, penulis dapat menyelesaikan kegiatan penyuluhan ini dengan baik. Penulis juga menyampaikan terima kasih kepada Kementerian Kesehatan yang telah mendukung pembiayaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Kepala Puskesmas Sitada-tada serta Bidan Koordinator serta seluruh staff yang telah memberikan fasilitas dan dukungan sehingga kegiatan dapat terlaksana dengan baik. Selanjutnya, penulis menyampaikan terima kasih kepada jajaran direksi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan, Ketua Jurusan Kebidanan serta Kaprodi D III Kebidanan Tapanuli Utara yang telah memberikan dukungan terhadap pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR RUJUKAN

- Dinkes Tapanuli Utara. (2025). *Profil Kesehatan Kabupaten Tapanuli Utara Tahun 2024*.
- Fuadiyah, A., & Wijayanti, E. (2024). Meta-analisis validitas pengembangan booklet sebagai salah satu suplemen bahan ajar dalam materi pembelajaran biologi SMA/MA. *Bio-Pedagogi: Jurnal Pembelajaran Biologi*, 13(2), 57-62.
- Hardianti, S. G. F. M. (2026). Pengaruh Media Edukasi Booklet terhadap Pengetahuan Ibu Hamil tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) di Puskesmas Simpang Kiri dan Puskesmas Rundeng Kota Subulussalam Tahun 2024. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat: The Public Health Science Journal*, 15(3), 362-369
- Hidayati, D. U., Yulastini, F., & Fajriani, E. (2022). Pengaruh edukasi 1000 hari pertama kehidupan (HPK) terhadap pengetahuan dan sikap wanita usia subur (WUS). *Holistic Nursing and Health Science*, 5(2), 169-177. <https://ejournal2.undip.ac.id/index.php/hnhs/article/view/16941>
- Husna, A., Andika, F., & Rahmi, N. (2020). Determinan Kejadian Kekurangan Energi Kronik (Kek) Pada Ibu Hamil Di Pustu Lam Hasan Kecamatan Peukan Bada Kabupaten Aceh Besar. *Journal of healthcare technology and medicine*, 6(1), 608-615.
- Kemenkes. (2018). *Riset Kesehatan Dasar*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kemenkes. (2024a). *Laporan Akuntabilitas Kinerja Instansi Pemerintah (LAKIP) Tahun 2024*.
- Kemenkes. (2024b). *Profil Kesehatan Indonesia 2023*.
- Mappamadeng, A. A., Kurnaesih, E., & Idris, F. P. (2021). Intervensi Edukasi Tentang Pengasuhan Anak pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) Di Wilayah Puskesmas Takalalla Kabupaten Soppeng. *An Idea Health Journal*, 1(02), 126–141. <https://doi.org/10.53690/ihj.v1i02.49>
- Mau-Buti, D., & Nadhiroh, S. R. (2025). A Literature Review: Akurasi Pengukuran Mid Upper Arm Circumference (MUAC) dalam Mendeteksi Malnutrisi Akut pada Ibu Hamil: Literature Review: Accuracy of Mid-Upper Arm

- Circumference (MUAC) Measurement in Detecting Acute Malnutrition in Pregnant Women. *Jurnal Surya Medika (JSM)*, 11(3), 221-227. <https://doi.org/10.33084/jsm.v11i3.11971>
- Notoatmodjo, S. (2014). *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan* (Revisi). Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi*. Rineka Cipta.
- Putri, D. S., & Fadila, E. N. (2025). *Efektivitas Booklet dan E-Booklet Terhadap Pencegahan KEK pada Ibu Hamil di UPTD Puskesmas Warung Jambu*. <http://repository.ipb.ac.id/handle/123456789/166355>
- Rimadina, F., & Herdhianta, D. (2023). Media E-Booklet 1000 Hari Pertama Kehidupan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Kader Posyandu. *Jurnal Bahana Kesehatan Masyarakat*, 7(2), 67–74.
- Anggi Rona, Tambunan, C. Y., & Sinaga, H. T. (2025). Pengaruh Edukasi Gizi 1000 HPK melalui Media Booklet terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil. *Al GIZZAI: Public Health Nutrition Journal*, 5(2), 163–171. <https://doi.org/10.24252/algizzai.v5i2.58762>
- Simamora, J. P., & Nainggolan, D. R. (2024). Effectiveness of Health Education with Booklet and Poster Method on Improving Knowledge and Attitude About 1000 HPK Among Primigravida Mothers in North Tapanuli District. *Contagion: Scientific Periodical Journal of Public Health and Coastal Health*, 6(2), 1312-1320.
- Soekmawaty, D., Ariendha, R., Setyawati, I., Utami, K., Pada, P., & Hamil, I. B. U. (2026). The Effect Of Chronic Energy Deficiency Education Through Booklets On Knowledge In Pregnant Women In The Thirty-Trimester. *JkM (Jurnal Kebidanan Malahayati)*, 12(8), 38-45
- Suryani, S., Nurti, T., Heryani, N., & Rihadatul'Aisy, R. (2022). Efektivitas media audiovisual dan booklet terhadap pengetahuan ibu hamil tentang gizi dalam pencegahan kekurangan energi kronis. *Nursing Care and Health Technology Journal (NCHAT)*, 2(1), 48-54.
- Susanti, L. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Booklet Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan. *Jurnal Delima Harapan*, 8(2), 46–52. <https://doi.org/10.31935/delima.v8i2.136>
- Vindiasari, D., Rina, R., & Dewi, R. (2026). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronis pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu. *Indonesian Journal of Research and Service Studies*, 3(1), 1-11.
- WHO. (2025). *Health literacy*.