



Jurnal Pengabdian Kesehatan Komunitas (Journal of Community Health Service)

e-ISSN 2797-1309

<https://jurnal.htp.ac.id/index.php/jpkk>

Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Kualitas Konsumsi Pangan Berhubungan Dengan Kurang Energi Kronis

Increased Knowledge of Pregnant Women About the Quality of Food Consumption Related to Chronic Energy Deficiency

Oon Fatonah Akbarini¹, Asmaurika Pramuwidya², Wiwik Sundari³

Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Pontianak^{1,2},
Program Studi DIII Gizi Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Pontianak³

e-mail : fatonah78@gmail.com^{1*}, asmaurikapramuwidya@gmail.com², wiwiksundari75@gmail.com³

Histori artikel

Received:
16-11-2022

Accepted:
26-12-2022

Published:
04-01-2023

Abstrak

Kondisi dan status gizi ibu hamil ditentukan oleh berbagai faktor, baik faktor internal maupun eksternal. Faktor internal diantaranya usia ibu, usia gestasional, dan jarak kehamilan yang terlalu dekat dengan kelahiran pertama, sedangkan untuk faktor eksternal diantaranya konsumsi pangan, kondisi geografis dan kualitas konsumsi pangan rumah tangga. Kondisi kualitas konsumsi pangan yang baik untuk ibu hamil sangat penting karena berpengaruh terhadap status gizi ibu dan bayi nya, jika status gizi kurang akan berakibat risiko kematian maternal, bayi prematur, berat badan bayi lahir rendah, dan kematian perinatal. Kegiatan ini berupa penyuluhan dan demonstrasi tentang Kualitas Konsumsi Pangan Ibu Hamil Berhubungan Dengan Kurang Energi Kronis (KEK) yang diikuti sebanyak 30 ibu hamil yang ada di Wilayah Puskesmas Rasau Jaya. Metode dan strategi kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan metode penyuluhan menggunakan booklet dan demonstrasi tentang kualitas konsumsi pangan serta mengolah makanan yang berkualitas dan bergizi untuk ibu hamil berupa peragaan pengolahan makanan dengan bahan baku daging sapi. Hasil pre-test menunjukkan bahwa rata-rata pengetahuan sebelum dilakukan penyuluhan adalah 64,38 nilai minimal adalah 60 dan nilai maksimal adalah 77. Setelah dilakukan penyuluhan, dilakukan post-test dengan hasil post-test menunjukkan rata-rata pengetahuan meningkat yaitu 80,01 dengan nilai minimal adalah 74 dan nilai maksimal adalah 90. Sehingga terjadi kenaikan sebesar 15,63 Kegiatan penyuluhan ini mampu meningkatkan pengetahuan responden sebanyak 15,63 %. Untuk itu kegiatan ini disarankan dilakukan secara berkelanjutan dan pengembangan kegiatan oleh pihak puskesmas terutama bidan dan kader.

Kata Kunci: Pengetahuan, Ibu Hamil, Kurang Energi Kronis

The condition and nutritional status of pregnant women is determined by various factors, both internal and external. Internal factors include the age of the mother, gestational age, and the distance of pregnancy that is too close to the first birth, while external factors include food consumption, geographical conditions, and the quality of household food consumption. The condition of good quality food consumption for pregnant women is very important because it affects the nutritional status of the mother and her baby. If the nutritional status is poor, it will result in the risk of maternal death, premature babies, low birth weight, and perinatal death. This activity included counseling and demonstrations on the Quality of Food Consumption for Pregnant Women Related to Chronic Energy Deficiency (CED) which was attended by 30 pregnant women in the Rasau Jaya Puskesmas Area. The methods and strategies used counseling methods, booklets and

demonstrations about the quality of food consumption and processing quality and nutritious food for pregnant women in the form of demonstrations of food processing using raw beef. The pre-test results showed that the average knowledge before counseling was 64.38 with the minimum score of 60 and the maximum score of 77. After counseling, a post test was carried out with the results showing an average knowledge increase of 80.01 with a minimum score of 74 and a maximum value of 90. It showed an increase of 15.63. Therefore, it is recommended that this activity can be carried out on an ongoing basis as well as the development of activities by the puskesmas, especially in midwives and cadres.

Keywords: Knowledge, Pregnant Women, Chronic Energy Deficiency

PENDAHULUAN

Kehamilan adalah proses yang terjadi dari pembuahan sampai kelahiran, dimulai dari sel telur sampai kemudian menjadi janin. Kehamilan biasanya terjadi selama 40 minggu dan kasus yang kebanyakan keguguran dan kecacatan lahir muncul pada periode 0-13 minggu (Arisman, 2004; WHO, 2015). Selama proses kehamilan tersebut akan terjadi proses anabolik yang meliputi proses pertumbuhan dan pematangan plasenta dan janin.

Masa kehamilan erat kaitannya dengan pemenuhan zat gizi, karena ibu pada masa kehamilan akan berpengaruh tidak hanya pada kesehatan ibu hamil, namun juga pada status gizi dan kesehatan bayi yang dilahirkannya nanti (Ramakrishan et al. 2012; Alwan et al. 2015). Ibu hamil dengan status gizi rendah cenderung melahirkan anak dengan masalah perkembangan dan pertumbuhan. (Black et al. 2013). Dalam penelitian Aviram et al. (2011) menyebutkan pula bahwa gizi lebih pada ibu hamil juga membawa dampak buruk pada bayi yang nanti dilahirkannya. Anak yang lahir pada ibu hamil dengan gizi lebih berisiko anaknya mengalami obesitas, diabetes dan penyakit kardiovaskular.

Kondisi ibu hamil sebenarnya ditentukan oleh berbagai faktor, baik faktor internal maupun eksternal. Faktor internal yang berpengaruh terhadap ibu hamil diantaranya usia ibu, usia gestasional, dan jarak kehamilan yang terlalu dekat dengan kelahiran pertama (Karaoglu et al. 2010; Kotut et al. 2014). Sedangkan untuk faktor eksternal diantaranya konsumsi pangan, kondisi geografis wilayahnya dan kualitas konsumsi pangan rumah tangga (UNICEF, 1990; FAO 2014).

Kualitas konsumsi pangan ibu hamil secara langsung berpengaruh terhadap status gizi. Ibu hamil dengan kondisi kualitas konsumsi pangan yang baik cenderung memiliki status gizi yang baik pula (VanderJagt et al. 2007; Cheng et al. 2009; Savy et al. 2005; Fowles et al. 2011). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Willy et al. 2016) yang menyebutkan bahwa pengaruh konsumsi pangan terhadap status gizi ibu hamil ternyata tidak hanya berkaitan dengan kuantitasnya saja, melainkan dengan segi kualitasnya pula. Kadir et al. (2014), dalam penelitiannya menunjukkan bahwa ibu hamil yang mampu memperbaiki kualitas konsumsinya mampu menurunkan risiko mengalami kurang gizi hingga 53%. Budaya merupakan faktor selanjutnya yang dapat mempengaruhi status gizi ibu yang mengarah pada kekurangan energi kronis dan anemia karena masih ditemukannya masyarakat yang melakukan praktik food taboo (Fischer et al. 2014; Volgyi et al. 2013; Mengesha dan Ayele 2015).

Hasil penelitian yang pernah dilakukan pada kegiatan Risbinakes tahun 2020 Identifikasi Kualitas Konsumsi Pangan Ibu Hamil Berhubungan Dengan Kondisi Kurang Energi Kronis (KEK) menunjukkan hasil. Hasil penelitian didapat hampir seluruh responden berusia 20-35 tahun sebanyak 33 orang (82,5%), sebagian besar responden tidak bekerja sebanyak 27 orang (67,5%), sebagian besar berpendidikan rendah sebanyak 28 orang (70%), sebagian kecil status gizi responden KEK sebanyak 7 orang (17,5%), sebagian kecil sosial ekonomi responden miskin sebanyak 8 orang (20%), dan sebagian kecil konsumsi pangan responden kurang beragam sebanyak 9 orang (22,5%). Analisis bivariat didapatkan hasil bahwa dari nilai signifikansi dari sosial ekonomi terhadap status gizi ibu hamil adalah 0,002 kurang dari 0,005. Adapun besar bedanya dapat dilihat dari nilai OR yaitu 25 artinya ibu hamil yang kondisi sosial ekonominya miskin mempunyai peluang mengalami KEK sebesar 25 kali dibandingkan dengan ibu hamil yang kondisi sosial ekonominya tidak miskin. Hasil analisis hubungan konsumsi pangan terhadap status gizi ibu hamil diperoleh bahwa ibu yang konsumsi pangannya kurang beragam mengalami KEK sebesar 15%. Sedangkan ibu yang konsumsi pangannya cukup beragam mengalami KEK sebesar 2,5%. Nilai signifikansi pada konsumsi Pangan terhadap status gizi ibu hamil didapatkan nilai 0,000 kurang dari 0,005. Adapun besar bedanya dapat dilihat dari nilai OR yaitu 60 artinya ibu hamil yang konsumsi pangannya kurang beragam mempunyai peluang mengalami KEK sebesar 60 kali dibandingkan dengan ibu hamil yang konsumsi pangannya cukup beragam (Akbarini, O.F., Siswina, T., & Pramuwidya, A., 2021). Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil Tentang Kualitas Konsumsi Pangan Ibu Hamil Berhubungan Dengan Kurang Energi Kronis (KEK).

TUJUAN

Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini secara umum adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil Tentang Kualitas Konsumsi Pangan Ibu Hamil Berhubungan Dengan Kurang Energi Kronis (KEK) di wilayah Puskesmas Rasau Jaya Kabupaten Kubu Raya Tahun 2022.

METODE

Program penyuluhan Tentang Identifikasi Kualitas Konsumsi Pangan Ibu Hamil Berhubungan Dengan Kurang Energi Kronis (KEK) sebagai salah satu alternatif Pendidikan Kesehatan bagi ibu hamil yang efektif memberikan pengertian dan informasi yang benar tentang Identifikasi Kualitas Konsumsi Pangan Ibu Hamil Berhubungan Dengan Kurang Energi Kronis (KEK). Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan melalui tiga tahapan, persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Pada persiapan dilakukan sosialisasi dengan bertemu Kepala Puskesmas Rasau Jaya Kabupaten Kubu Raya untuk mendiskusikan topik yang hendak disampaikan yaitu tentang Tentang Kualitas Konsumsi Pangan Ibu Hamil Berhubungan Dengan Kurang Energi Kronis (KEK) dan penjelasan tentang yang akan dijadikan sebagai peserta kegiatan. Pada pelaksanaan dengan jumlah ibu hamil sebanyak 30 orang, pelaksanaan dilakukan dengan melakukan penyuluhan langsung dengan menggunakan media booklet tentang definisi KEK, LILA dan Kehamilan, Faktor-faktor yang mempengaruhi Kualitas Konsumsi Pangan, Dampak KEK, Kebutuhan gizi ibu hamil. Selain

penyuluhan



dilakukan

demonstrasi berupa peragaan pengolahan makanan untuk ibu hamil dengan bahan baku daging sapi dengan teknik pengolahan yang sederhana, higienis dan bergizi. Pada evaluasi dilakukan penilaian skor pengetahuan pada responden untuk melihat apakah ada peningkatan pengetahuan ibu hamil terkait kualitas konsumsi pangan ibu hamil melalui metode pre-post test dengan jumlah pertanyaan 10 butir dengan poin definisi KEK, LILA dan Kehamilan, Faktor-faktor yang mempengaruhi Kualitas Konsumsi Pangan, Dampak KEK, Kebutuhan gizi ibu hamil.

HASIL

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di Wilayah Puskesmas Rasau Jaya dengan ibu hamil. Kegiatan ini berupa penyuluhan dan demonstrasi tentang Kualitas Konsumsi Pangan Ibu Hamil Berhubungan Dengan Kurang Energi Kronis (KEK) yang diikuti sebanyak 30 ibu hamil yang ada di Wilayah Puskesmas Rasau Jaya Pada Tanggal 11 Agustus 2022 pukul 08.00 s.d 13.00 WIB. Berikut dokumentasi pelaksanaan penyuluhan dengan menggunakan media booklet:



Gambar 1. Dokumentasi Penyuluhan Ibu Hamil Dengan Booklet

Gambar 2. Dokumentasi Demonstrasi Mengolah Makanan Untuk Ibu Hamil

Sebelum kegiatan penyuluhan diberikan, tim telah mengumpulkan data pre-test seluruh peserta. Hal ini dilakukan untuk melihat sejauh mana pemahaman partisipan tentang kualitas konsumsi pangan ibu hamil. Selanjutnya setelah peserta mengisi pre-test, kemudian dilanjutkan dengan pemberian materi dan dilakukan post-test setelahnya. Hasil dari pre-test dan post-test tersebut tertuang pada tabel 1.

Tabel 1. Skor Pengetahuan Ibu Hamil Sebelum dan Sesudah Penyuluhan

No Responden	Skor Pengetahuan Sebelum Penyuluhan	Skor Pengetahuan Setelah Penyuluhan
1	60	75
2	60	74
3	65	76
4	65	80
5	65	80
6	60	82
7	60	78
8	65	80
9	65	78
10	65	76
11	65	80
12	65	82
13	65	80
14	65	90
15	65	80
16	70	78
17	75	79

18	65	80
19	60	86
20	65	80
21	62	78
22	62	78
23	70	86
24	65	80
25	60	78
26	60	80
27	65	78
28	77	80
29	60	78
30	60	90

Hasil pre-test menunjukkan bahwa rata-rata pengetahuan sebelum dilakukan penyuluhan adalah 64,38 nilai minimal adalah 60 dan nilai maksimal adalah 77. Setelah dilakukan penyuluhan, dilakukan post-test dengan hasil post-test menunjukkan rata-rata pengetahuan meningkat yaitu 80,01 dengan nilai minimal adalah 74 dan nilai maksimal adalah 90. Sehingga terjadi kenaikan sebesar 15,63

PEMBAHASAN

Seorang ibu hamil membutuhkan makanan dengan kandungan zat-zat gizi yang berbeda dan disesuaikan dengan kondisi tubuh dan perkembangan janin. Tambahan makanan untuk ibu hamil dapat diberikan dengan cara meningkatkan baik kualitas maupun kuantitas makanan ibu hamil sehari-hari, bisa juga dengan memberikan tambahan formula khusus untuk ibu hamil. Apabila makanan selama hamil tidak tercukupi maka dapat mengakibatkan kekurangan gizi (Muliawati, 2013).

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu dapat meningkatkan pengetahuan responden sebanyak 15,63 %, sehingga hasil kegiatan ini merupakan hasil bentuk dari penelitian yang telah dilakukan sebelumnya pada tahun 2020 dengan judul Identifikasi Kualitas Konsumsi Pangan Ibu Hamil Berhubungan Dengan Kondisi Kurang Energi Kronis (KEK). Hasil pengabdian masyarakat ini juga sesuai dengan teori yang ada bahwa Kualitas konsumsi pangan ibu hamil secara langsung berpengaruh terhadap status gizi. Ibu hamil dengan kondisi kualitas konsumsi pangan yang baik cenderung memiliki status gizi yang baik pula (VanderJagt et al. 2007; Cheng et al. 2009; Savy et al. 2005; Fowles et al. 2011)

Hasil penelitian Bustan, W, N, dkk (2021) terdapat hubungan antara asupan energi, protein, karbohidrat, frekuensi lauk pauk, dan pengetahuan gizi dengan kejadian KEK pada ibu hamil ($p < 0,005$) dengan masing-masing nilai p (0,000), (0,001), (0,001), (0,021), dan (0,000). Sementara itu, juga diperoleh hasil tidak terdapat hubungan antara asupan lemak, frekuensi makanan pokok, sayuran, buah-buahan, serta

minuman & suplemen dengan kejadian KEK pada ibu hamil ($p > 0,005$) dengan masing-masing nilai p (0,078), (0,829), (0,190), (0,234), dan (0,227).

Kurang Energi Kronis ini dapat memberikan dampak pada ibu hamil seperti abortus, bayi lahir mati, cacat bawaan, anemia pada bayi dan anemia pada ibu, asfiksia intrapartum dan BBLR, ini sejalan dengan penelitian Sumiaty dan Sri Restu (2016) bahwa Persentase ibu hamil yang mengalami KEK 69 ibu (23,8%) dan BBLR sebanyak 58 bayi (20%). Terdapat hubungan yang bermakna antara KEK pada ibu hamil dengan BBLR dengan nilai $p = 0,000$. KEK merupakan Faktor Risiko terhadap kejadian BBLR dengan nilai $RR = 4,215$ ($RR > 1$).

Edukasi juga berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan seperti pada hasil kegiatan pengabdian masyarakat oleh Rantesigi N., dkk, (2022) hasil kegiatan menunjukkan setelah diberikan edukasi terjadi peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang gizi masa kehamilan dan upaya pencegahan stunting.

Saat dilakukan demonstrasi tentang Kualitas Konsumsi Pangan Ibu Hamil Berhubungan Dengan Kurang Energi Kronis (KEK), peserta sangat aktif dan antusias mengikuti kegiatan, Peserta kegiatan juga menanyakan berbagai hal terkait materi penyuluhan.

SIMPULAN

Kegiatan penyuluhan dan demonstrasi yang dilakukan pada tanggal 11 Agustus 2022 di Wilayah Puskesmas Rasau Jaya Kabupaten Kubu Raya mampu meningkatkan pengetahuan responden sebesar 15,63%. Untuk itu kegiatan ini disarankan dilakukan secara berkelanjutan dan pengembangan kegiatan oleh pihak puskesmas terutama bidan dan kader.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Lembaga Pengembangan dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) Poltekkes Pontianak yang telah mendukung terselenggaranya kegiatan ini. Disamping itu, ucapan terima kasih juga diberikan Kepala Puskesmas Rasau Jaya yang telah menyediakan tempat kegiatan pengabdian masyarakat, serta untuk bidan dan kader yang telah membantu pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbarini, O. F., Siswina, T., & Pramuwidya, A. (2021). Identifikasi Kualitas Konsumsi Pangan Ibu Hamil Berhubungan Dengan Kondisi Kurang Energi Kronis (KEK). *Jakiyah: Jurnal Ilmiah Umum Dan Kesehatan Aisyiah*, 6(1), 50-56. <https://doi.org/10.35721/jakiyah.v6i1.65>
- Alwan NA, Cade JE, McArdle HJ, Greenwood DC, Hayes HE and Simpson NAB. 2015. Maternal iron status in early pregnancy and birth outcomes: insights from the baby's vascular health and iron in pregnancy study. *British Journal of Nutrition*. 113(12): 1985-1992. Doi:10.1017/S0007114515001166
- Arisman, 2004. Gizi dalam Daur Kehidupan. EGC. Jakarta.
- Aviram A, Hod M, Yogev Y. 2011. Maternal obesity: Implications for pregnancy outcome and long-term risks—a link to maternal nutrition. *International Journal of Gynecology and Obstetrics*. 115(1): S6–S10.

- Bustan, W,N, dkk. 2021. Hubungan PolaKonsumsi dan Pengetahuan Gizi dengan Kejadian Kurang Energi Kronik pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Sudiang Kota Makassar. JGMI: The Journal of Indonesian Community Nutrition Vol. 10 No. 1, 2021
- Kotut J, Wafula S, Etyang G, Mbagaya G. 2014. Protein-energi malnutrition among women of child bearing age in semi arid areas of Keiyo district, Kenya. *Advances in Life Science and Technology*. 24(1): 80-92.
- Muliawati, S. 2013. 40 Faktor Penyebab Ibu Hamil Kurang Energi Kronis Di Puskesmas Sambi Kecamatan Sambi Kabupaten Boyolali Tahun 2012. *Jurnal Ilmiah Rekam Medis dan Informatika Kesehatan*, 3 (3). 40-62
- Rantesigi, N, dkk. 2022. Edukasi Gizi Masa Kehamilan Meningkatkan Pengetahuan Ibu Hamil dalam Mencegah Stunting. *Jurnal Madago Community Empowermentfor Health Journal* Volume 1, Nomor 2
- Sumiaty, Sri Restu. 2016. Kurang Energi Kronis (KEK) Ibu Hamil Dengan Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR). *Husada Mahakam : Jurnal Kesehatan*. Vol 4 No 3
- [WHO] World Health Organization. 2015. Pregnancy [Internet]. [diunduh 20 Mei 2019]. Tersedia pada: <http://who.int>.
- Willy K, Judith K, Peter C. 2016. Dietary diversity, nutrient intake and nutritional status among pregnant women in Laikipia County, Kenya. *International Journal of Health Sciences & Research*. 6(4): 378-385.