

PENINGKATAN PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG KEKURANGAN ENERGI KRONIK SAAT HAMIL MELALUI PENYULUHAN KESEHATAN DI PUSKESMAS PEMBINA PALEMBANG

INCREASING KNOWLEDGE OF PREGNANT WOMEN ABOUT CHRONIC ENERGY DEFICIENCY DURING PREGNANCY THROUGH HEALTH EDUCATION AT PUSKESMAS PEMBINA PALEMBANG

Rika Oktapianti¹, Demi Triyanti²

1,2 Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Husada Palembang

*korespondensi Penulis : rika.oktapianti@yahoo.co.id

Abstrak

Gizi merupakan salah satu penentu kualitas sumber daya manusia, kekurangan gizi akan menyebabkan kegagalan pertumbuhan fisik dan perkembangan kecerdasan, menurunkan produktivitas kerja dan daya tahan tubuh, yang berakibat meningkatnya kesakitan dan kematian. Kecukupan gizi sangat diperlukan oleh setiap individu, sejak janin didalam kandungan. Ibu dan calon ibu menjadi kelompok rawan, karena membutuhkan gizi dan kesehatannya yang cukup sehingga harus di jaga status gizi dan kesehatannya, agar dapat melahirkan bayi yang sehat. Sampai saat ini masih banyak banyak ibu hamil yang mengalami masalah gizi, khususnya gizi kurang energi kronis (KEK) dan anemia. Sehingga mempunyai kecendrungan melahirkan bayi dengan berat badan lahir kurang. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang kekurangan energi kronik. Kegiatan ini berupa edukasi yang dilakukan pada ibu hamil. Metode penyuluhan adalah melalui Pendidikan Kesehatan langsung antara penyuluh dan peserta. Sasaran pengabdian masyarakat ini adalah ibu hamil yang ada dipuskesmas Pembina Palembang sebanyak 16 orang. Selama proses penyuluhan berlangsung peserta sangat antusias mendengarkan dari awal sampai akhir kegiatan. Hasil edukasi (penyuluhan) didapatkan sebanyak 75% pengetahuan ibu baik karena ibu menyimak saat dilakukan edukasi kesehatan (pendidikan kesehatan) dan adanya rasa ingin tahu dari ibu sendiri tentang kekurangan energi kronik. Ini membuktikan sebagai petugas kesehatan perlunya melakukan edukasi kepada masyarakat terutama pada ibu hamil untuk mengetahui apa kekurangan energi kronik dan upaya pencegahan supaya tidak mengalami kekurangan energi kronik saat hamil. Bagi ibu hamil lebih aktif lagi dalam pelayanan kesehatan sehingga ibu hamil bisa mengontrol kesehatannya selama kehamilan.

Kata kunci : Pengetahuan, Ibu Hamil, Kekurangan Energi Kronik (KEK).

Abstract

Nutrition is one of the determinants of the quality of human resources, malnutrition will cause failure of physical growth and development of intelligence, reduce work productivity and endurance, which results in increased illness and death. Nutritional adequacy is needed by every individual, since the fetus is in the womb. Mothers and expectant mothers become vulnerable groups, because they need adequate nutrition and health so that they must be maintained nutritional status and health, in order to give birth to healthy babies. Until now, there are still many pregnant women who experience nutritional problems, especially chronic lack of energy (KEK) and anemia. So it has a tendency to give birth to babies with less birth weight. The purpose of this community service is to increase the knowledge of pregnant women about chronic energy deficiency. This activity is in the form of education carried out on pregnant women. The method of counseling is through Health Education directly between extension workers and participants. The target of this community service is pregnant women in the Palembang Pembina health center as many as 25 people. During the counseling process, participants were very enthusiastic about listening from the beginning to the end of the activity. The results of education (counseling)

obtained as much as 65.7% of maternal knowledge both because mothers listen when health education is carried out (health education) and there is curiosity from mothers themselves about chronic energy deficiency. This proves as health workers the need to educate the public, especially pregnant women, to find out what chronic energy deficiency is and prevention efforts so as not to experience chronic energy deficiency during pregnancy. For pregnant women to be more active in health services so that pregnant women can control their health during pregnancy.

Keywords: *Knowledge, Pregnant Women, Chronic Energy Deficiency (KEK).*

Pendahuluan

Kurang energi kronik merupakan jenis KEP (Kurang Energi Protein) akibat kurang energi yang lebih menonjol dari kurang proteinnya. WHO (*world health organization*) juga menggunakan istilah kurus untuk KEK ini. Kurus berdasarkan tingkat keparahannya terbagi menjadi tiga, yaitu kurus tingkat ringan (*mild*), sedang (*moderate*), dan berat (*severe*) atau orang yang kurus sekali (WHO, 2014).

Ada beberapa cara yang dapat digunakan untuk mengetahui status gizi ibu hamil antara lain memantau pertambahan berat badan selama hamil dan mengukur Lingkar Lengan Atas (LiLA) Pengukuran LiLA dimaksudkan untuk mengetahui apakah seseorang menderita kekurangan energi kronik (KEK) (Walyani, 2015).

Menurut Kementerian Kesehatan RI dalam Program Perbaikan Gizi Makro menyatakan bahwa Kurang Energi Kronis merupakan keadaan dimana ibu penderita kekurangan makanan yang berlangsung menahun (kronis) yang mengakibatkan timbulnya gangguan kesehatan pada ibu. Kurang Energi Kronik (KEK) dapat terjadi pada wanita usia subur (WUS) dan pada ibu hamil (bumil). Apabila ukuran LiLA kurang dari 23,5 cm artinya wanita tersebut mempunyai resiko KEK dan diperkirakan akan melahirkan berat bayi lebih rendah (BBLR). BBLR mempunyai resiko kematian, gizi kurang, gangguan pertumbuhan dan gangguan perkembangan anak (Kemenkes RI, 2014).

Berdasarkan data di Puskesmas Pembina Palembang pada tahun 2015 sasaran mencapai 1919 dengan kasus KEK sebanyak 23 orang (6,40 %). Pada tahun 2016 sasaran mencapai 2055 dengan kasus KEK sebanyak 28 orang (7,68 %). Pada tahun 2017 sasaran mencapai 1956 dengan kasus KEK sebanyak 32 orang (11 %) (Profil Puskesmas Pembina, 2018).

Sejalan dengan penelitian Trihardiani (2011) di Puskesmas Singkawang timur dan utara kota Singkawang dengan judul “ Faktor

resiko kejadian berat badan lahir rendah di wilayah kerja Puskesmas Singkawang timur dan utara kota Singkawang “ (Trihardiani, 2011).

Berdasarkan data diatas penyuluh memiliki ketertarikan untuk memberikan edukasi kesehatan pada ibu hamil yang ada dipuskesmas Pembina Palembang, sebagai salah satu pencegahan supaya ibu tidak mengalami kekurangan energi kronik selama kehamilan. Kegiatan ini diharapkan mampu meningkatkan kesadaran ibu akan bahaya kekurangan energi kronik selama hamil serta dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat khususnya ibu hamil terkait apa itu kekurangan energi kronik, efek samping dan cara penanganan kekurangan energi kronik saat hamil.

Metode

Pengabdian masyarakat ini dilakukan dalam bentuk penyuluhan ibu hamil tentang kekurangan energi kronik (KEK). Metode pelaksanaan yang dipakai dengan ceramah dan dilakukan pre test dan post test sebagai evaluasi kegiatan penyuluhan. Sasaran dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah para ibu hamil sebanyak 16 peserta di Puskesmas Pembina Palembang. Pengabdian masyarakat ini dilakukan pada tanggal 10 April 2019, dengan tahapan kegiatan pengabdian kepada masyarakat sebagai berikut :

1. Persiapan Kegiatan

Melakukan persiapan dan survey lokasi pengabdian masyarakat, serta koordinasi dengan pihak Puskesmas terkait perizinan serta jadwal pelaksanaan kegiatan, melakukan perekrutan mahasiswa sebagai anggota tim pengabdian masyarakat yang bekerjasama dengan UPT-PPM. Memberikan pembekalan kepada anggota tim dan mempersiapkan sarana dan prasarana untuk memberikan penyuluhan atau edukasi tentang kekurangan energi kronik.

2. Pelaksanaan Kegiatan

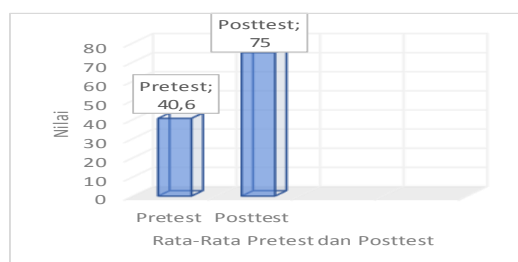
Alat bantu yang digunakan pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat (penyuluhan) ini yaitu menggunakan leaflet yang diberikan kepada ibu hamil tentang kekurangan energi kronik di kehamilan. Kegiatan ini berlangsung selama 50 menit dengan jumlah peserta 16 orang. Para ibu diberikan pre test sebelum dilakukannya penyuluhan. Selanjutnya tim membuka acara dengan menyampaikan salam dan menjelaskan tujuan kegiatan, setelah penyuluhan dilakukan para ibu di evaluasi kembali dengan pertanyaan yang sama dengan soal pre test. Bentuk soal yang diberikan kepada ibu adalah pilihan ganda tentang kolostrum.

Hasil

Kegiatan penyuluhan ini berlangsung pada hari rabu, tanggal 10 April 2019, dimulai dari jam 10.00-11.00 WIB dimana penyuluhan kesehatan dilakukan berdurasi 50 menit. Peserta yang hadir sebanyak 16 orang.

Tingkat pengetahuan ibu hamil tentang KEK sebelum dan setelah mendapatkan penyuluhan dapat dilihat pada gambar dibawah ini sebelum mendapat penyuluhan, sebagian besar ibu hamil kurang memiliki pengetahuan tentang KEK yaitu sebesar 40,6% sedangkan setelah mendapatkan penyuluhan terjadi perubahan dimana pengetahuan tentang KEK sebesar 75%.

Gambar: Grafik hasil pretest dan post test



Berdasarkan identifikasi yang dilakukan, aspek pengetahuan yang masih rendah adalah pengertian KEK dan akibat dari ibu hamil bila mengalami KEK dimana Sebagian besar ibu hamil menjawab salah tentang KEK dan akibat KEK itu sendiri. Setelah dilakukan penyuluhan hampir semua berubah dimana 75% mengetahui dengan benar apa itu KEK.

Setelah dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat (penyuluhan) ini didapatkan hasil yang menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang pentingnya mengetahui kekurangan energi kronik sebagai salah satu komplikasi yang terjadi selama kehamilan. Sebelum dilakukan edukasi tentang pentingnya mengetahui kekurangan energi kronik pada kehamilan, peserta terlebih dahulu mengisi pertanyaan

kekurangan energi kronik. Peserta sangat antusias dan menyimak materi yang disampaikan oleh penyuluh tentang pentingnya mengetahui kekurangan energi kronik pada kehamilan. Setelah penyuluhan selesai dilakukan peserta di evaluasi kembali dengan pertanyaan yang sama seperti post test.

Pembahasan

KEK adalah salah satu keadaan malnutrisi. Keadaan ibu menderita kekurangan makanan yang berlangsung menahun (kronik) mengakibatkan timbulnya gangguan kesehatan pada ibu secara relatif atau absolut satu atau lebih zat gizi (Helena, 2013). Menurut Depkes RI (2014), kurang energi kronis merupakan keadaan ibu penderita kekurangan makanan yang berlangsung pada wanita usia subur (WUS) dan pada ibu hamil. Kurang gizi akut disebabkan oleh tidak mengkonsumsi makanan dalam jumlah yang cukup atau makanan yang baik (dari segi kandungan gizi) untuk satu periode tertentu untuk mendapatkan tambahan kalori dan protein (untuk melawan) muntah dan mencret (muntaber) dan infeksi lainnya.

Berdasarkan hasil pengabdian masyarakat ini, peserta pada saat pre test sebesar 40,6% mengetahui apa itu KEK. Setelah melakukan penyuluhan Kesehatan tentang KEK di puskesmas pembina Palembang peserta memiliki pengetahuan yang meningkat tentang KEK (kekurangan energi kronik) sebesar 75%. Hal ini menunjukan bahwa kegiatan yang dilakukan ini sangat bermanfaat bagi ibu untuk mengetahui pemenuhan gizi atau nutrisi selama kehamilan sehingga ibu tersebut tidak akan mengalami kejadian kekurangan energi kronik (KEK).

Hal ini sejalan dengan teori Hal ini sejalan dengan teori Proverawati dan Asfuah (2009), pengetahuan yang dimiliki seorang

ibu akan mempengaruhi perilaku ibu termasuk dalam pengambilan keputusan. Ibu dengan gizi yang baik, kemungkinan akan memenuhi kebutuhan gizi yang baik untuk bayinya.

Pemeriksaan kehamilan atau antenatal care terutama pada ibu trimester III merupakan salah cara untuk memotivasi ibu dalam memenuhi kebutuhan nutrisi selama kehamilan, sehingga ibu dapat mempersiapkan langkah-langkah dan persiapan diri dalam pemenuhan gizi pada bayi. Pemeriksaan kehamilan sebaiknya dilakukan secara teratur dan sesuai dengan standar yaitu 6 kali pemeriksaan selama kehamilan. Dengan rincian 2 kali pemeriksaan pada trimester pertama, 1 kali pemeriksaan kedua dan 3 kali pemeriksaan trimester ketiga (Diana, 2019).

Kesimpulan

Dari hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan masyarakat khususnya ibu hamil sebesar 75% dalam mengetahui apa saja penyebab kejadian kekurangan energi kronik pada kehamilan. Saran untuk pihak Praktik Mandiri Bidan agar dapat memotivasi ibu setiap kunjungan antenatal dan memberikan edukasi tentang apa saja komplikasi yang bisa terjadi pada ibu hamil.

Ucapan Terima Kasih

Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada Pimpinan dan Ketua UPT-PPM STIK Bina Husada Palembang yang telah memberikan ijin sehingga kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini terlaksana dengan baik. Ucapan terimakasih kepada mahasiswa, peserta dan pihak Puskesmas Pembina Palembang yang telah bekerja sama dengan baik sehingga pelaksanaan pengabdian masyarakat ini berjalan dengan baik, lancar dan bermanfaat.

Daftar Pustaka

- Diana, et. Al. 2019. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Persalinan dan bayi Baru Lahir*. Surakarta: CV OASE Group.
- Helena. 2013. *Gambaran Pengetahuan Gizi Ibu Hamil Trimester Pertama dan Pola Makan dalam pemenuhan Gizi*. diakses

pada tanggal 29 November 2016 di www.repository.usu.ac.id

- Kemenkes Republik Indonesia. 2014. *Infodatin Situasi Kesehatan Ibu*. Jakarta : Kemenkes R.I
- Kemenkes RI. 2014. *Profil Kesehatan Indonesia 2013*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia : Jakarta.
- Notoatmodjo, S. (2014). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*.
- Trihardiani (2011) di Puskesmas Singkawang timur dan utara kota Singkawang dengan judul “ *Faktor resiko kejadian berat badan lahir rendah di wilayah kerja Puskesmas Singkawang timur dan utara kota Singkawang*.”
- Puskesmas Pembina. 2018. *Profil Kesehatan Puskesmas Palembang*.
- Proverawati, A., Asfuah, S. 2009. *Gizi untuk Kebidanan*. Yogyakarta: NuhaMedika.
- Walyani, E. S. 2015. (2015). *Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan*. Yogyakarta; Pustaka Barupess. Prestasi Gemilang. Kemenkes.
- WHO. 2014. *Health for the World's Adolescents: A Second Chance in the Second Decade*. Geneva, World Health Organization Departement of disease surveillance