



## PENDAMPINGAN IBU HAMIL DENGAN KEKURANGAN ENERGI KRONIK

<sup>1\*)</sup>Desi Aulia Umami, <sup>2\*)</sup>Yatri Hilinti

<sup>(1)</sup>Program Studi Kebidanan (DIII) Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Dehasen Bengkulu  
email: [desiumami@gmail.com](mailto:desiumami@gmail.com)

<sup>(2)</sup>Program Studi Kebidanan Program Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Dehasen Bengkulu  
email: [yatrihilinti1990@gmail.com](mailto:yatrihilinti1990@gmail.com)

### ABSTRAK

Kekurangan Energi Kronik (KEK) merupakan permasalahan yang sampai saat ini masih menjadi permasalahan di Indonesia. Banyak efek negatif yang akan terjadi apabila kondisi ini tidak diselesaikan seperti kesulitan dalam persalinan, pendarahan dan berpeluang kelahiran bayi dengan kondisi BBLR. Pendampingan ibu hamil selama masa kehamilan merupakan salah satu upaya untuk mengangguni resiko KEK dengan mendorong, memotivasi serta membangkitkan kesadaran akan potensi yang dimiliki dan berupaya untuk mengembangkan potensi itu menjadi tindakan nyata dalam pencegahan KEK. Pendampingan dilakukan di Puskesmas pasar ikan kota Bengkulu pemberian penyuluhan yang berisikan pemahaman ibu hamil tentang kehamilan dengan KEK. Penyuluhan di lakukan pada 08 Februari 2022 pada 10 ibu hamil dimana 1 diantaranya 1 ibu hamil dengan KEK. Uraian data dan fakta yang ada dengan metode pendampingan pada ibu hamil yang mengalami KEK dan keluarga dapat membantu ibu dalam meningkatkan pengetahuan dan meningkatkan status kesehatannya selama kehamilan serta mencegah resiko yang dapat terjadi pada ibu hamil dengan KEK. Kegiatan PkM ini dilakukan agar dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu hamil mengenai KEK serta mencegah resiko yang terjadi akibat kekurangan energi kronik

**Kata kunci:** Ibu hamil, Kurang Energi Kronik

### ABSTRACT

*Chronic Energy Deficiency is a problem that is still a problem in Indonesia. Many negative effects will occur if this condition is not resolved such as difficulty in labor, bleeding and the chance of giving birth to a baby with low birth weight conditions. Assistance of pregnant women during pregnancy is one of the efforts to overcome the risk of SEZ by encouraging, motivating and raising awareness of their potential and trying to develop that potential into concrete actions in preventing SEZ. Assistance was carried out at the fish market health center in Bengkulu city, providing counseling which contained the understanding of pregnant women about pregnancy with KEK. Counseling was carried out on February 8, 2022 to 10 pregnant women where 1 of them was 1 pregnant woman with SEZ. The description of existing data and facts with mentoring methods for pregnant women who experience SEZ and their families can help mothers increase knowledge and improve their health status during pregnancy and prevent the risks that can occur in pregnant women with CED. This PkM activity is carried out in order to increase knowledge and understanding of pregnant women about SEZ and prevent risks that occur due to chronic energy deficiency*

**Keywords:** Pregnant women, Chronic Lack of Energy

### PENDAHULUAN

Masa kehamilan merupakan suatu kondisi istimewa yang dinantikan oleh para wanita. Pada masa ini terjadi beberapa

perubahan fisik seperti perubahan pada kulit, kelenjar pada leher yang membesar, perubahan ukuran payudara. Ibu harus mempersiapkan dirinya untuk menyambut kelahiran agar bayi dapat lahir dengan kondisi sehat (Jessie, 2018).

Tahun 2015 sampai 2019 merupakan tahun pelaksanaan program Indonesia sehat dengan menjadikan peningkatan derajat kesehatan serta status gizi masyarakat menjadi sasarannya dan untuk upaya penanggulangannya dilakukan perlindungan finansial dan pemerataan pelayanan kesehatan (Kemenkes RI, 2017).

Tahun 2020 angka resiko kejadian KEK di Indonesia sebesar 9,7% pada ibu hamil (Kemenkes, 2021). Meskipun persentase ini masuk dalam kategori ringan menurut WHO, tetap saja perlu ada penanggulangan agar efeknya tidak berkepanjangan dan semakin meningkat. Data yang dilaporkan oleh WHO bahwa secara global angka kejadian KEK pada kehamilan ada pada range persentase 35-75% yang mana mayoritas terjadi pada Trimester III kehamilan. Tercatat pula sebesar 40% Angka Kematian Ibu (AKI) berkaitan dengan KEK (Mardatun, 2015).

Kebutuhan asupan gizi berbeda pada tiap trimester. Trimester I peningkatan kebutuhan terjadi secara minimal. Kemudian pada trimester II dan III kebutuhan asupan terus meningkat secara konstan sampai pada kelahiran (Jessie, 2018) Perlu tercapainya kecukupan gizi pada setiap individu sejak dalam kandungan. Ibu berada pada kelompok rawan karena kebutuhannya akan zat gizi yang cukup sehingga status gizi dan kesehatannya terjaga agar dapat dilahirkannya bayi yang sehat. Masih banyak ibu hamil dengan masalah gizi khususnya Kurang Energi Kronis (KEK) yang terjadi sampai saat ini. Akibatnya kecenderungan bayi lahir dengan kondisi BBLR (Berat Bayi Lahir Rendah) (Prameswari, 2019).

Tujuan dari pengabdian ini untuk mengetahui efektifitas promosi kesehatan terhadap peningkatan gizi pada ibu hamil kekurangan energi kronik di wilayah kerja puskesmas pasar ikan Kota Bengkulu tahun 2022.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut: Bagaimana Efektifitas promosi kesehatan terhadap peningkatan gizi pada ibu

hamil kekurangan energi kronik di wilayah kerja puskesmas pasar ikan Kota Bengkulu ?

## METODE

### A. Keterkaitan Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Puskesmas Pasar Ikan Kecamatan Teluk Segara Kota Bengkulu Provinsi Bengkulu. Kegiatan ini sebagai suatu kegiatan yang dipandang sangat bermanfaat pada ibu hamil untuk tercapainya gizi yang seimbangan pada ibu hamil.

### B. Jadwal Pelaksanaan

No	Kegiatan	Tempat	Waktu
1	Penjajakan lokasi	Kec.Teluk Segara	Januari 2022
2	Penyusunan proposal	Fikes UNIVED	Januari 2022
3	Pelaksanaan kegiatan	Kec.Teluk Segara Kota Bengkulu	Februari 2022
4.	Penyusunan laporan	Fikes UNIVED	Februari 2022

### C. Metode yang digunakan:

1. Penyuluhan
2. Pemberian Makanan Tambahan

## HASIL

### Hasil Aktivitas

Pengabdian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Pasar Ikan kota Bengkulu pada tanggal 08 Februari 2022. Wilayah kerja Puskesmas Pasar Ikan terbagi dalam 7 wilayah yaitu kelurahan pasar ikan, malabero, sumur meleleh, berkas dan pasar baru Didapatkan sebanyak 30 responden yang terdiri dari 17 ibu hamil dengan Kekurangan Energi Kronis (KEK) dan 13 ibu hamil yang tidak mengalami KEK. Dari hasil pengukuran pengetahuan sebelum dan setelah diberikan penyuluhan tentang pemenuhan gizi pada Ibu hamil, terdapat peningkatan pengetahuan dari 20% yang memiliki pengetahuan baik menjadi 70%. Dari 30 responden tersebut masih 35% yang tidak mengkonsumsi tablet Fe secara rutin mulai dari Trimester II. Dalam pengabdian

masyarakat ini, diberikan Tablet Fe masing-masing 3 tablet (30 butir) untuk 1 bulan.

#### **PEMBAHASAN**

Kekurangan Energi Kronik (KEK) merupakan permasalahan yang sampai saat ini masih menjadi permasalahan di Indonesia. Banyak efek negatif yang akan terjadi apabila kondisi ini tidak diselesaikan seperti kesulitan dalam persalinan, pendarahan dan berpeluang kelahiran bayi dengan kondisi BBLR.

Manfaat dari penyuluhan antara lain adalah untuk memperoleh pengetahuan dan pemahaman pentingnya pemenuhan kebutuhan nutrisi saat kehamilan untuk tercapainya peningkatan pengetahuan dan pemahaman ibu hamil mengenai KEK serta mencegah resiko yang terjadi akibat kekurangan energi kronik. Dengan peningkatan pengetahuan diharapkan khalayak sasaran mampu melakukan perilaku pemenuhan nutrisi.

Tujuan penyuluhan adalah untuk menambah pengetahuan dan mengubah perilaku individu serta masyarakat terutama di bidang kesehatan, serta tercapainya perubahan perilaku individu, keluarga, dan masyarakat dalam peningkatan pemenuhan nutrisi serta berperan aktif dalam mewujudkan derajat kesehatan yang optimal.

Pendidikan kesehatan melalui penyuluhan merupakan proses pemberian informasi yang bertujuan untuk merubah perilaku individu, kelompok, atau masyarakat dalam memelihara perilaku sehat serta berperan aktif dalam mewujudkan derajat kesehatan yang optimal. perawatan yang benar sebanyak 17 (53,1%) mampu memberikan cara pijat Bayi dengan benar.

Dikutip Maulana (2009: 137) dalam konsepsi kesehatan secara umum, penyuluhan kesehatan diartikan sebagai kegiatan pendidikan kesehatan yang dilaksanakan dengan cara menyebarluaskan pesan dan menanamkan keyakinan, dalam pengabdian pada masyarakat ini digunakan metode penyuluhan selama 1 hari. Dengan demikian, masyarakat tidak saja sadar, tahu, dan mengerti, tetapi juga mau dan dapat melakukan anjuran yang berhubungan dengan kesehatan terutama tentang pemahaman

tentang peningkatan pemenuhan nutrisi ibu hamil. Fitriani (2011) menambahkan bahwa pendidikan kesehatan adalah proses perubahan perilaku yang dinamis, bukan proses pemindahan materi (pesan) dari seseorang ke orang lain dan bukan pula seperangkat prosedur.

Menurut Notoatmodjo (2007) apabila terjadi suatu inovasi atau program-program pembangunan di dalam masyarakat, maka yang sering terjadi adalah sebagian orang sangat cepat untuk menerima inovasi atau perubahan tersebut (berubah perilakunya), dan sebagian orang lagi sangat lambat untuk menerima inovasi atau perubahan tersebut. Hal ini disebabkan setiap orang mempunyai kesediaan untuk berubah (*readiness to change*) yang berbeda-beda. Setiap orang di dalam suatu masyarakat mempunyai kesediaan yang berubah yang berbeda-beda, meskipun kondisinya sama.

#### **SIMPULAN**

Pengabdian kepada masyarakat ini bermanfaat untuk meningkatkan pengetahuan Ibu hamil tentang KEK dan memberikan tambahan nutrisi zat besi sebagai bentuk pencegahan KEK dan komplikasi kehamilan dan persalinan.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Jessie. (2018). Penilaian Status Gizi pada Ibu Hamil. *Jurnal Kendari*.
- Mardatun. (2015). Hubungan Riwayat Antenatal Care (ANC) dan Tingkat Konsumsi Fe (Zat Besi) dan Kejadian Kurang Energi Kronik (KEK) Ibu Hamil di Provinsi Nusa Tenggara Barat dan di Daerah Istimewa Jogjakarta. *Pengabdian Sistem Kesehatan*.
- Mayasari, A. T. (2014). Kejadian Kuran Energi Kronis pada Ibu Hamil Berdasarkan Umur, Paritas dan Pendidikan. *Akademi Kebidanan Griya Husada*.
- Prameswari, G. M. (2019). Pemberdayaan Keluarga dalam Pendampingan Ibu Hamil dengan KEK (Kekurangan Energi Kronis) di Kecamatan

- Merakurak Kabupaten Tuban. Poltekkes  
Kemenkes Surabaya.
- Pramitasari. (2017). Perawatan Payudara  
Dilengkapai dengan Deteksi Dini  
terhadap Penyakit Payudara. Yogyakarta:  
Nuha Medika.
- RI, K. K. (2017). Rencana Stratgegis  
Kementrian Kesehatan Tahun 2015-  
2019. Kementrian Kesehatan.
- RI, K. K. (2021). Laporan Kinerja Kementrian  
Kesehatan Tahun 2020 . Germas.
- Sandjaja. (2010). Risiko Kurang Energi Kronis  
(KEK) pada Ibu Hamil di Indonesia.  
Pusat Pengabdian dan Pengembangan  
Gizi dan Makanan.
- Supariasa, I. D. (2013). Penilaian Status Gizi.  
Jakarta: EGC.