

## **PENGARUH PENDAMPINGAN IBU-IBU PKK TERHADAP PENGENDALIAN BERAT BADAN IBU HAMIL**

*The Effect Of Mentoring By Involving Pkk Mothers  
On Weight Control Of Pregnant Women*

**MAYANG CITRA HARIATI <sup>1</sup>, KRISDAMAYANTI HAREFA <sup>2</sup>**

INSTITUT KESEHATAN MEDISTRA LUBUK PAKAM  
e-mail : [mayangcitrahariati11@gmail.com](mailto:mayangcitrahariati11@gmail.com)

DOI: 10.35451/jkk.v5i2.1654

### **Abstrak**

Pendampingan pada ibu hamil merupakan bentuk peran serta masyarakat yang dilakukan dengan tujuan meningkatkan derajat kesehatan ibu dan janin selama hamil. Salah satu upaya yang dilakukan untuk menurunkan angka kematian ibu adalah dengan memaksimalkan pelayanan *antenatal care* (ANC) dengan melibatkan pendamping untuk memotivasi ibu hamil agar dapat memeriksakan kehamilannya di fasilitas kesehatan secara berkala pada tiap trimester. Bidan menilai kenaikan berat badan pada ibu selama hamil, kenaikan berat badan yang tidak cukup selama hamil dapat mengakibatkan terjadinya kekurangan energi kronik (KEK) dan berpotensi terjadinya komplikasi pada persalinan seperti perdarahan dan bayi berat lahir rendah (BBLR), sebaliknya kenaikan berat badan yang berlebih dapat menyebabkan obesitas yang berdampak pada kehamilan dengan preeklampsia dan makrosomia pada janin. Hal tersebut dapat meningkatkan morbiditas dan mortalitas terhadap ibu dan bayi yang akan dilahirkan nanti. Penelitian ini merupakan penelitian *Quasy Eksperimen*, dengan jumlah sampel sebanyak 28 ibu hamil, yang terbagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol, yang di gambarkan dalam bentuk tabel dengan menggunakan uji *Wilcoxon* untuk melihat adanya pengaruh sebelum dan setelah intervensi diberikan, maka didapatkan *p-value*  $0.025 < 0.05$ . Hasil penelitian ini menunjukkan ada pengaruh pendampingan ibu-ibu PKK terhadap berat badan ibu hamil di Desa Denai Sarang Burung Pantai Labu. Maka di harapkan agar ibu PKK dapat meningkatkan kerjasama dengan tenaga kesehatan dan dapat memotivasi serta memberikan edukasi pada ibu hamil untuk memeriksakan kehamilannya agar penilaian dan pemantauan kondisi kesehatan ibu dan janin lebih optimal.

**Kata kunci:** Pendampingan, Ibu Hamil, Berat Badan

### **Abstract**

*Mentoring to pregnant women is a form of community participation carried out with the aim of improving the degree of maternal and fetal health during pregnancy. One of the efforts made to reduce maternal mortality is to maximize antenatal care (ANC) services by involving companions to motivate pregnant women to check their pregnancies at health facilities regularly in each trimester. Midwives assess weight gain in mothers during pregnancy, insufficient weight gain during pregnancy can result in chronic energy deficiency (KEK) and potential complications in childbirth such as bleeding and low birth weight babies*

*(BBLR), while excess weight gain can cause obesity which has an impact on pregnancy with preeclampsia and macrosomia in the fetus. To check the pregnancy so that the assessment and monitoring of the health condition of the mother and fetus is more optimal. This can increase morbidity and mortality for mothers and babies who will be born later. This study is a Quasy Experimental study, with a total sample of 28 pregnant women, which was divided into two groups, namely the intervention group and the control group, which was illustrated in the form of a table using the Wilcoxon test to see the influence before and after the intervention was given, then obtained a p-value of  $0.025 < 0.05$ . The results of this study show that there is an influence of mentoring PKK mothers on the weight of pregnant women in Denai Bird's Nest Village, Pantai Labu. So it is hoped that PKK mothers can increase cooperation with health workers and can motivate and provide education to pregnant women to check their pregnancies so that the assessment and monitoring of maternal and fetal health conditions is more optimal.*

**Keywords:** *Mentoring, Pregnant Women, Body Weight.*

## 1. PENDAHULUAN

Sebagai Negara berkembang, Indonesia terus berupaya untuk meningkatkan derajat kesehatan ibu dan anak sesuai dengan target SDGS pada goals ke tiga yaitu memastikan kehidupan sehat dan sejahtera (*Good Heath dan Well-being*). Hingga kini tercatat Angka Kematian Ibu (AKI) sebesar 35 per 100.000 kelahiran hidup. Masih tingginya Angka kematian ibu (AKI) menjadikan Indonesia perlu melakukan perbaikan di segala aspek. Salah satu aspek yang mendukung tercapainya kesehatan ibu dan anak yang adalah memaksimalkan cakupan Antenatal Care yaitu K1, K4, dan K6 agar ibu mendapatkan fasilitas pelayanan yang prima disetiap trimester kehamilannya (Kemenkes RI 2022).

Cakupan pelayanan Antenatal Care sejak tahun 2007 sampai tahun 2021 tergolong fluktuatif dengan jumlah capaian K4 pada tahun 2021 sebesar 88,8%. Salah satu fokus utama pada pelayanan antenatal care adalah penimbangan berat, pengukuran tinggi badan dan juga pengukuran lingkaran atas (LILA). Pengukuran tersebut berguna untuk memantau

kesehatan dan status gizi ibu dan janin serta mendeteksi adanya kelainan atau penyakit saat mejalani kehamilan. Salah satu masalah yang timbul jika status gizi ibu selama hamil tidak tercukupi yaitu ibu dapat mengalami kekurangan energi kronik (KEK) yang di dantai dengan pengukuran lingkaran atas (LILA) > dari 23,5 cm. Berat badan ibu sebelum hamil dan selama hamil mempengaruhi pertumbuhan janin dan juga berisiko untuk melahirkan bayi dengan kondisi Berat Bayi Lahir Rendah (BBLR) (Kemenkes RI 2022)

Status gizi sangat memegang peranan penting pada kondisi bayi yang di lahirkan, ibu hamil dengan kekurangan energi kronik (KEK) sangat besar berpotensi untuk elahirkan bayi berat lahir rendah (BBLR) selain itu juga kurangnya supan gizi yang adekuat dapat menyebabkan ibu mengalami komplikasi persalinan seperti perdarahan pasca salin (Restu<sup>a</sup> et al. 2017)

Dalam meningkatkan kesehatan ibu dan bayi selama hamil, sangat di butuhkan upaya promotif yang dapat melibatkan tenaga kesehatan atau masyarakat lainnya agar dapat memberikan pendampingan berupa

motivasi melalui pendekatan secara pribadi pada ibu hamil atau dapat menggerakkan ibu hamil agar dapat memeriksakan kehamilannya secara berkala di tiap trimester, baik trimester I, trimester II dan trimester III (Casnuri, Nurinda, and Vinanjungsari 2021).

Dalam upaya penurunan Angka Kematian Ibu (AKI) perlu peran serta masyarakat. Salah satunya ada pembinaan dan pemberdayaan masyarakat melalui bimbingan PKK agar mampu melakukan pendampingan ibu hamil agar dapat melakukan pemeriksaan antenatal care (ANC) secara lengkap mulai dari Kunjungan 1, kunjungan 4 dan kunjungan 6. Dengan turut sertanya PKK dalam pemantauan kunjungan antenatal care di harapkan ibu hamil mendapatkan pelayanan kesehatan yang paripurna dan juga dapat meningkatkan status gizi pada ibu hamil agar mencegah terjadinya kekurangan energi kronik (KEK) (Hanifah Matsnah et al., 2019)

Studi penelitian dan survei yang dilakukan pada tanggal 20 maret di Desa Denai Sarang Burung Pantai Labu didapatkan jumlah ibu hamil sebanyak 28 orang dan jumlah ibu-ibu PKK sebanyak 35 orang, dari hasil pemeriksaan 10 ibu hamil didapatkan berat badan ibu hamil 5 diantaranya mengalami Kekurangan Energi Kronik (KEK) atau berat badan dibawah normal.

## 2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan *quasy eksperiment* yaitu desain penelitian memiliki kelompok kontrol dan kelompok eksperimen tidak yang tidak di pilih secara random. Penelitian ini dilakukan di Desa Denai Sarang Burung Pantai Labu Kabupaten Deli Serdang Provinsi Sumatera Utara. Tehnik penelitian ini adalah *nonequivalent control group design* dengan jumlah responden 28 ibu hamil

yang dibagi menjadi dua kelompok, kelompok intervensi diberikan perlakuan dan kelompok kontrol yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi.

Instrumen penelitian yang digunakan untuk menilai apakah ada pengaruh pendampingan dengan melibatkan ibu-ibu PKK terhadap pengendalian berat badan ibu hamil dengan menggunakan lembar SOP dan lembar observasi.

## 3. HASIL

### Analisa Univariat

Data yang di dapatkan pada penelitian ini diperoleh dari data lembar observasi yang diterima dari hasil pemeriksaan di Desa Denai Sarang Burung Pantai Labu, dari keseluruhan data yang maka diperoleh karakteristik responden yaitu sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Berdasarkan Usia Ibu Hamil

Karakteristik Responden	Intervensi		Kontrol	
	N	%	N	%
Usia				
20-30 tahun	13	92.9	13	92.9
31-40 tahun	1	7.1	0	0
41-50 tahun	0	0	1	7.1
Total	14	100	14	100

Dari jumlah responden berdasarkan usia 20-30 tahun pada kelompok intervensi yang melibatkan ibu-ibu PKK adalah sebanyak 13 orang (92.9%) dan pada kelompok kontrol sebanyak 13 orang (92.9%), dan responden usia 31-40 tahun pada kelompok intervensi yang melibatkan ibu-ibu PKK terdapat sebanyak 1 orang (7.1%) dan pada kelompok kontrol sebanyak 0%, sedangkan berdasarkan usia 41-50 tahun pada kelompok intervensi dengan melibatkan ibu-ibu

PKK sebanyak 0% dan pada kelompok kontrol sebanyak 1 orang (7.1%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Karakteristik Berdasarkan Pendidikan Ibu Hamil

Karakteristik Responden	Intervensi		Kontrol	
	N	%	N	%
Pendidikan				
Tidak Sekolah	1	7.1	2	14.3
SD	3	21.4	6	42.9
SMP	3	21.4	3	21.4
SMA	4	28.6	2	14.
PT	3	21.4	1	7.1
<b>Total</b>	<b>14</b>	<b>100</b>	<b>14</b>	<b>100</b>

Dari jumlah responden yang tidak sekolah pada kelompok yang melibatkan ibu-ibu PKK sebanyak 1 orang (7.1%) dan pada kelompok kontrol sebanyak 2 orang (14.3%), dan jumlah responden yang sekolah Dasar sebanyak 3 orang pada kelompok yang melibatkan ibu-ibu PKK dan 6 orang (42.9%) pada kelompok kontrol, dan jumlah responden yang berpendidikan SMP pada kelompok yang melibatkan ibu-ibu PKK sebanyak 3 orang (21.4%) dan pada kelompok kontrol sebanyak 3 orang (21.4%), dan jumlah responden yang berpendidikan SMA pada kelompok yang melibatkan ibu-ibu PKK sebanyak 4 orang (28.6%) dan pada kelompok kontrol sebanyak 2 orang (14.3%), sedangkan jumlah responden yang berpendidikan perguruan tinggi pada kelompok yang melibatkan Ibu-ibu PKK sebanyak 3 orang (21.4%) dan pada kelompok kontrol sebanyak 1 orang (7.1%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Karakteristik Berdasarkan Berat Badan Sebelum Ibu Hamil

Karakteristik Responden	Intervensi		Kontrol	
	N	%	N	%
BB Sebelum Hamil				
40kg-50kg	6	42.9	7	50
51kg-60kg	7	50	7	50
61kg-70kg	1	7.1	0	0
<b>Total</b>	<b>14</b>	<b>100</b>	<b>14</b>	<b>100</b>

Dari jumlah responden berdasarkan berat badan sebelum hamil 40kg-50kg pada kelompok yang melibatkan ibu-ibu PKK sebanyak 6 orang (42.9%) dan pada kelompok kontrol sebanyak 7 orang (50%), dan responden berdasarkan berat 51kg-60kg pada kelompok yang melibatkan ibu-ibu PKK sebanyak 7 orang (50%) dan pada kelompok kontrol sebanyak 7 orang (50%), sedangkan jumlah responden berdasarkan berat 61kg-70kg pada kelompok yang melibatkan ibu-ibu PKK sebanyak 1 orang (7.1%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Berat Badan Sesudah Hamil

Karakteristik Responden	Intervensi		Kontrol	
	N	%	N	%
BB Sesudah Hamil				
40kg-50kg	5	35.7	8	57.1
51kg-60kg	8	57.1	5	35.7
61kg-70kg	1	7.1	1	7.1
<b>Total</b>	<b>14</b>	<b>100</b>	<b>14</b>	<b>100</b>

Dari jumlah responden berdasarkan berat badan sesudah hamil 40kg-50kg pada kelompok yang melibatkan ibu-ibu PKK sebanyak 5 orang (35.7%) dan pada kelompok kontrol sebanyak 8 orang (57.1%), dan responden berdasarkan berat 51kg-60kg pada kelompok yang melibatkan ibu-ibu PKK sebanyak 8 orang (57.1%) dan pada kelompok kontrol sebanyak 5 orang (35.7%), sedangkan jumlah

responden berdasarkan berat 61kg-70kg pada kelompok yang melibatkan ibu-ibu PKK sebanyak 1 orang (7.1%) dan pada kelompok kontrol sebanyak 1 orang (7.1%).

### Analisa Bivariat

Analisa bivariat pada penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pendampingan dengan melibatkan ibu-ibu PKK dengan uji *Wilcoxon* nilai signifikan 0,05.

Tabel 5. Pengaruh pendampingan Ibu-Ibu PKK Kelompok Intervensi

Variabel	N	Mean		P
		Sebelum-Sesudah	Rate	
BB sebelum-BB sesudah	14	1.64-1.71	0.07	0.025

Pada tabel diatas memperlihatkan pengaruh pendampingan pada kelompok kontrol dengan nilai  $p = 0.025$   $\alpha < 0.05$  sehingga data tersebut menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan dan terdapat nilai mean (rata-rata) yaitu 0.07.

### 4. PEMBAHASAN

Hasil penelitian pada usia ibu hamil dapat diketahui melalui lembar observasi, dimana mayoritas usia 20 – 30 tahun pada kelompok kontrol sebanyak yang melibatkan ibu-ibu PKK sebanyak 13 orang ibu hamil (42,9 %). Dari hasil yang telah dilakukan, menurut peneliti Sri and Hastutik (2018) selain faktor nutrisi, faktor yang menyebabkan terjadinya peningkatan berat badan pada ibu yaitu bertambahnya usia. Dengan bertambahnya usia menyebabkan terjadinya peurunan metabolisme tubuh, yang menyebabkan ibu dengan usia >40 tahun terjadi peningkatan berat badan yang signifikan hingga dapat menyebabkan

terjadinya kegemukan yang dapat berujung pada terjadinya preeklamsia.

Hasil penelitian pada ibu hamil dapat diketahui melalui lembar observasi, dimana jumlah responden yang tidak sekolah pada kelompok yang melibatkan ibu-ibu PKK sebanyak 1 orang (7.1%) dan pada kelompok kontrol sebanyak 2 orang (14.3%), dan jumlah responden yang sekolah Dasar sebanyak 3 orang pada kelompok yang melibatkan ibu-ibu PKK dan 6 orang (42.9%) pada kelompok kontrol, dan jumlah responden yang berpendidikan SMP pada kelompok yang melibatkan ibu-ibu PKK sebanyak 3 orang (21.4%) dan pada kelompok kontrol sebanyak 3 orang (21.4%), dan jumlah responden yang berpendidikan SMA pada kelompok yang melibatkan ibu-ibu PKK sebanyak 4 orang (28.6%) dan pada kelompok kontrol sebanyak 2 orang (14.3%), sedangkan jumlah responden yang berpendidikan perguruan tinggi pada kelompok yang melibatkan Ibu-ibu PKK sebanyak 3 orang (21.4%) dan pada kelompok kontrol sebanyak 1 orang (7.1%). menurut Wulandari, Susiloningtyas, and Jaya (2021) faktor pendidikan juga berpengaruh karena semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka penerimaan informasi akan semakin baik pula pemahaman ibu hamil tentang pentingnya pemeriksaan kehamilan dan gizi selama hamil

Hasil penelitian jumlah responden berdasarkan berat badan sesudah hamil 40kg-50kg pada kelompok yang melibatkan ibu-ibu PKK sebanyak 5 orang (35.7%) dan pada kelompok kontrol sebanyak 8 orang (57.1%), dan responden berdasarkan berat 51kg-60kg pada kelompok yang melibatkan ibu-ibu PKK sebanyak 8 orang (57.1%) dan pada kelompok kontrol sebanyak 5 orang (35.7%), sedangkan jumlah responden berdasarkan berat 61kg-70kg pada kelompok yang melibatkan ibu-ibu PKK sebanyak 1 orang (7.1%)

dan pada kelompok kontrol sebanyak 1 orang (7.1%). Menurut Fitri and Wiji (2018), berat badan selama hamil merupakan faktor penentu berat bayi pada saat lahir. Ibu hamil dengan berat <55 kg dengan kenaikan berat badan yang sedikit memiliki insidensi lebih besar untuk melahirkan bayi dengan berat lahir rendah (BBLR).

Berdasarkan total sebelum dan sesudah kelompok yang melibatkan ibu-ibu PKK dan Tanpa pendampingan ibu-ibu PKK kelompok kontrol. Pada kelompok yang melibatkan ibu-ibu PKK hasil uji statistik dengan menggunakan uji *wilcoxon signed rank test* diperoleh nilai signifikan ( $P$ ) =  $0.025 < \alpha = 0.05$  terdapat pengaruh pendampingan.

Pendapat penulis bahwa selain kunjungan ANC yang rutin perlu juga dilakukan pendampingan terhadap ibu hamil. Pendampingan dengan melibatkan Ibu-Ibu PKK merupakan bagian terpenting salah satunya yaitu memantau perkembangan berat badan ibu hamil. Pendampingan pada ibu hamil merupakan salah satu bentuk kegiatan pengabdian masyarakat dengan tujuan meningkatkan peran serta masyarakat dalam upaya meningkatkan kesehatan ibu dan anak. Salah satu upaya untuk menurunkan angka kematian ibu dan anak adalah dengan pemaksimalan pendampingan pada ibu hamil.

## 5. KESIMPULAN

Berdasarkan pembahasan dan penelitian yang telah dilakukan maka ditarik kesimpulan bahwa pendampingan ibu PKK sangat berpengaruh terhadap pengendalian kenaikan berat badan ibu hamil. Hasil uji statistik dengan menggunakan uji *wilcoxon signed rank test* diperoleh nilai signifikan  $p$ -value  $0.025 < \alpha = 0.05$ , yang artinya ada pengaruh pendampingan ibu-ibu PKK terhadap pengendalian Berat badan Ibu Hamil. Maka Hipotesis dalam penelitian ini

diterima, dimana ada pengaruh pendampingan ibu-ibu PKK terhadap pengendalian berat badan ibu hamil di Desa Denai Sarang Burung Pantai labu Tahun 2022.

## SARAN

### 1. Bagi Ibu-Ibu PKK

Diharapkan kepada seluruh Ibu-Ibu PKK agar lebih meningkatkan pendampingan kepada ibu hamil. Dalam membina kerjasama antar masyarakat serta memberikan motivasi bagi ibu hamil.

### 2. Bagi Ibu Hamil

Dari hasil penelitian ini, ibu hamil diharapkan agar memperhatikan pola makan, jenis makanan dan zat gizi agar kebutuhan nutrisi ibu terpenuhi. Sehingga dapat membantu mengurangi resiko terjadinya obesitas dan BBLR.

## DAFTAR PUSTAKA

- Casnuri, Casnuri, Dewi Nurinda, and Vina Vinanjung Sari. (2021). "Pendampingan Ibu Hamil Di Puskesmas Kalasan Kabupaten Sleman Yogyakarta." *Jurnal Pengabdian Dharma Bakti* 1(1): 51.
- Fitri, Imelda, and Rizki Natia Wiji. (2018). "Asupan Zat Gizi Makro Dan Kenaikan Berat Badan Selama Hamil Terhadap Luran Kehamilan." *Jurnal Gizi Klinik Indonesia* 15(2): 66.
- Kemendes RI. (2022). Pusdatin.Kemendes.Go.Id *Profil Kesehatan Indonesia 2021*.
- Mantsna Hanifa, Sutopo P J, Rani T B. (2019). "Analisis Penyelenggaraan Pengawasan Program Pendampingan Ibu Hamil dan Ibu Nifas Risiko Tinggi Oleh Tim Penggerak PKK Kecamatan Pendurungan (Dalam Perspektif Perencanaan Dan Mekanisme)" *Jurnal Kesehatan Masyarakat* 25072-52028-1-Pb." 7.
- Restu<sup>a</sup>, Sri, Sumiaty Sumiaty<sup>b</sup>, Irmawati Irmawati, and Sundari Sundari. (2017). "Relationship of Chronic Energy Deficiency in Pregnant

Women with Low Birth Weight Newborn in Central Sulawesi Province." *International Journal of Sciences: Basic and Applied Research (IJSBAR) International Journal of Sciences: Basic and Applied Research*.

Sri, N Kadek, and Hastutik. (2018). "Hubungan Usia Ibu Dengan Peningkatan Berat Badan Selama Hamil Di Kabupaten Karanganyar." *Ejurnal.Stikesmhk.Ac.Id* 2(4): 255-58.

Wulandari, Ratna Feti, Luluk Susiloningtyas, and Susanti Tria Jaya. (2021). "Pendidikan Kesehatan Untuk Meningkatkan Gizi Ibu Hamil." *Journal of Communitu Engagement in Health* 4(1): 155-61.  
<https://jurnal.stikes-sitihajar.ac.id/index.php/jhsp/article/view/16>.