

## PENDAMPINGAN IBU HAMIL DALAM PENANGGULANGAN KEJADIAN KEK DI PUSKESMAS TINGGI RAJA

Annisa Febriana<sup>1\*</sup>, Jelita Manurung<sup>1</sup>, Wira Maria Ginting<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Progran Studi Gizi, Institut Kesehatan Medistra Lubuk Pakam

Jl. Sudirman No.38 Lubuk Pakam Kec. Lubuk Pakam Kab. Deli Serdang, Sumatera Utara

\*email korespondensi author: [nsafbrn@gmail.com](mailto:nsafbrn@gmail.com)

DOI 10.35451/jpk.v1i1.719

### 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 menganggulangi 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 Tinggi Raja dengan pemberian penyuluhan dan pemberian kuesioner yang berisikan pemahaman ibu hamil tentang kehamilan dengan KEK. Hasil survei tersebut yang dilakukan pada 2 Februari 2021 diperoleh hasil dari 32 ibu, 5 diantaranya belum memahami dan 27 ibu sudah mengetahui kehamilan 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. Pelaksana kegiatan ini adalah tim Pengabdian Masyarakat Institut Kesehatan Medistra Prodi Gizi yang terdiri dari dosen yang berada di program studi gizi.

**Kata Kunci:** Pedampingan; Ibu Hamil; Kurang Energi Kronik

### Abstract

Limacies of chronic energy (KEK) is a problem that is to the current still problem in Indonesia. Many negative effects will occur if this condition is not resolved like difficulties in labor, bleeding and budgeted baby with BBLR conditions. The assistance of pregnant women during pregnancy is one of the efforts to recover the risk of KE by encouraging, motivating and awakening awareness of potentials and is trying to develop the potential to be a real action in the preventive of KE. The assistance was conducted at the high-king puskesmas with the provision of counseling and gifting of the questioning that contained the understanding of pregnant women about pregnancy with KE. The results of the survey conducted on February 2, 2021 obtained results from 32 mothers, 5 of them not yet understand and 27 mothers have known the pregnancy with KE. Data description and existing facts with the assistance method in pregnant women who have KE and family can help mothers in increasing knowledge and improving their health status during pregnancy and preventing risks that can occur in pregnant women with KE. This PKM activity is performed in order to increase the knowledge and understanding of pregnant women regarding the PE and prevent risks due to chronic shortage of energy. The implementing of this activity is the Community Service Institute of Meditra Primary Institute of Meditra Primary Program consisting of lecturers in the Nutrition Study Program.

**Keywords:** Mentoring; Pregnant Mother; Chronic Energy Deficiency

### 1. 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). Kehamilan juga merupakan suatu awal dari kehidupan pada suatu periode pertumbuhan. Banyak faktor yang dapat mempengaruhi hasil

Received: 05 June 2021 :: Accepted: 21 June 2021 :: Published: 30 June 2021

akhir kehamilan, yang salah satunya adalah asupan zat gizi (Mayasari, 2014). 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). Penjajakan awal yang dilakukan pada tanggal 25 Januari tercatat ada 120 ibu hamil yang terdaftar di Puskesmas Tinggi Raja. Data ibu hamil dengan kondisi KEK diperoleh sebanyak 32 dengan mengukur lingkaran atas (LILA) masing-masing.

## 2. Metode

Metode yang dilakukan pada kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah dengan melakukan pendampingan ibu hamil. Pendampingan dilakukan di Puskesmas Tinggi Raja. Sebelum kegiatan pendampingan terlaksana, dilakukan survei dengan memberikan kuesioner seputar pemahaman ibu tentang kehamilan dengan KEK.

Tahap-Tahap Kegiatan  
Penjajakan awal

- 1) Tanggal 25 Januari 2021, kegiatan penjajakan dimulai dengan mengenali masalah ibu hamil dengan KEK yang terdata di Puskesmas Tinggi Raja

Pelaksanaan kegiatan pendampingan dimulai tanggal 2 dan 11 Februari 2021 sebagai berikut:

Tanggal 2 Februari 2021

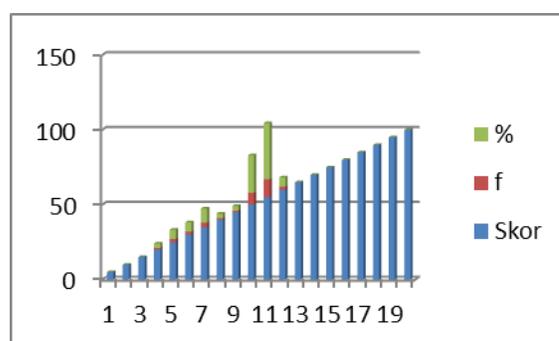
- a. Registrasi ibu hamil dan keluarga yang mengikuti kegiatan.
- b. Pembukaan kegiatan oleh tim pelaksana dan dilanjutkan dengan *pre test* terhadap ibu hamil
- c. Penyuluhan dan demonstrasi makanan pendamping ibu hamil dengan KEK
- d. Pemberian *post test* dan ditutup dengan pemberian doorprize ibu hamil yang aktif bertanya dan menjawab pertanyaan

Tanggal 11 Februari 2021

- a. Registrasi ibu hamil dan keluarga yang mengikuti kegiatan.
- b. Pembukaan kegiatan oleh mahasiswa dan dilanjutkan dengan *pre test* terhadap ibu hamil
- c. Penyuluhan dan demonstrasi makanan pendamping ibu hamil dengan KEK
- d. Pemberian *post test* dan ditutup dengan pemberian doorprize ibu hamil yang aktif bertanya dan menjawab pertanyaan

## 3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan Pengabdian Masyarakat yang telah terlaksana di Puskesmas Tinggi Raja dilakukan dengan pendampingan ibu hamil tentang pengetahuan mengenai Kekurangan Energi Kronik (KEK). Hasil yang diperoleh pada Pengabdian Masyarakat ini dapat dilihat melalui penjabarannya pada gambar berikut:



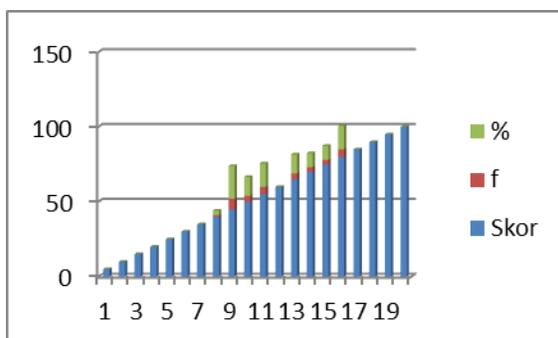
Gambar 1. Diagram Batang Pre Test I Pengetahuan tentang Kejadian KEK pada Ibu Hamil

Berdasarkan gambar 1 dapat disimpulkan bahwa pengetahuan rata-rata ibu hamil mengenai KEK ternyata rendah. Hal tersebut terlihat dari tabel yang menunjukkan bahwa skor tertinggi hanya diperoleh oleh 2 ibu

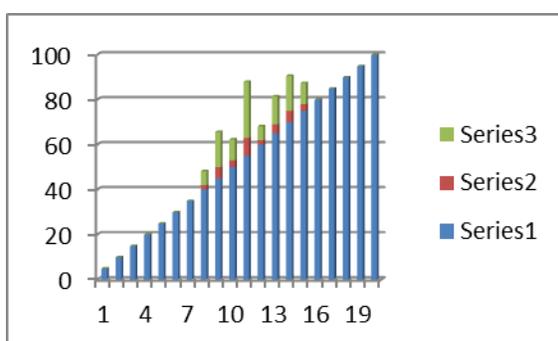
Received: 05 June 2021 :: Accepted: 21 June 2021 :: Published: 30 June 2021

saja (skor 60) sedangkan yang lainnya berada pada skor dibawah 60.

Hasil yang ditunjukkan pada gambar 2 adalah bahwa terdapat peningkatan pengetahuan ibu hamil terkait KEK dimana skor tertinggi naik dari 60 menjadi 80 dan skor ini diperoleh 5 ibu hamil.

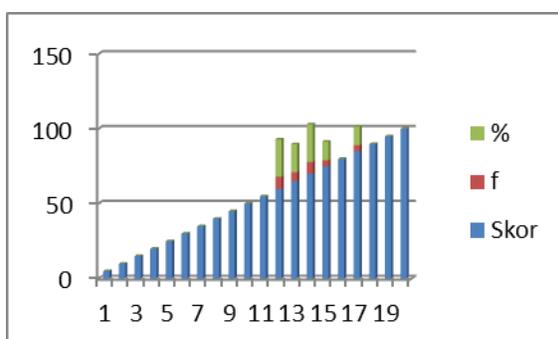


Gambar 2. Diagram Batang *Post Test I* Pengetahuan tentang Kejadian KEK pada Ibu Hamil



Gambar 3. Diagram Batang *Pre Test II* Pengetahuan tentang Kejadian KEK pada Ibu Hamil

Gambar 3 menunjukkan peningkatan tetap terjadi dari kegiatan pendampingan pertama hingga pendampingan kedua. Terlihat pada *pre test* pendampingan kedua angka tertinggi yang diperoleh adalah 75 meskipun masih banyak yang nilainya masih di bawah standar.



Gambar 4. Diagram Batang *Post Test II* Pengetahuan tentang Kejadian KEK pada Ibu Hamil

Hasil yang ditunjukkan pada gambar 4 terdapat kenaikan capaian skor tertinggi yaitu 85 dan tidak ada yang skornya di bawah 60. Kekurangan Energi Kronik (KEK) merupakan salah satu kondisi malnutrisi yang terjadi dan berlangsung menahun. Akibatnya, akan

timbul gangguan kesehatan baik pada ibu baik secara relative maupun absolut pada satu atau lebih zat gizi (Supariasa 2013). Pendampingan dilakukan kepada ibu hamil ditujukan agar kondisi KEK dapat dihindari. Apabila ibu mengalami KEK, masalah akan timbul baik kepada ibu dan juga janin. Apabila dampak negatif terjadi pada ibu maka yang terjadi adalah persalinan sulit dan lama, pendarahan, berat badan ibu berhenti bertambah sedangkan dampak negatif yang terjadi pada janin adalah kematian neonatal, abortus sampai pada kelahiran dengan kondisi BBLR (Sandjaja, 2010)

#### 4. Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat melalui pendampingan ibu hamil dengan tujuan meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai KEK. Kesimpulan yang dapat ditarik dari penjabaran gambar 1 sampai 4 bahwa ada peningkatan pengetahuan mengenai KEK setelah dilakukannya pendampingan. Pendampingan yang dilakukan berefek positif bagi peningkatan pengetahuan dan diharapkan tetap diingat serta diterapkan di kehidupan sehari-hari.

#### 5. Ucapan Terima Kasih

Kegiatan Pengabdian masyarakat ini dapat terlaksana atas kerjasama yang secara konsisten dilakukan oleh tim pelaksana PKM serta para peserta yang telah terlibat dalam terselenggaranya kegiatan pengabdian masyarakat sehingga tujuan bersama dapat tercapai.

#### 6. 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. *Penelitian 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*.

Received: 05 June 2021 :: Accepted: 21 June 2021 :: Published: 30 June 2021

- Prमितasari. (2017). *Perawatan Payudara Dilengkapi dengan Deteksi Dini terhadap Penyakit Payudara*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- RI, K. K. (2017). Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Tahun 2015-2019. *Kementerian Kesehatan*.
- RI, K. K. (2021). Laporan Kinerja Kementerian Kesehatan Tahun 2020 . *Gemas*.
- Sandjaja. (2010). Risiko Kurang Energi Kronis (KEK) pada Ibu Hamil di Indonesia. *Pusat Penelitian dan Pengembangan Gizi dan Makanan*.
- Supariasa, I. D. (2013). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: EGC.