

PENGARUH PENYULUHAN KESEHATAN TENTANG GIZI PADA IBU HAMIL DENGAN KEHAMILAN BERISIKO TINGGI DI UPTD PUSKESMAS DURIAN KAWAN KABUPATEN ACEH SELATAN TAHUN 2020

Raudhatun Nuzul ZA¹, Rahmayani², Raisah³

^{1,3} Program Studi D-IV Bidan Pendidik, Universitas Ubudiyah Indonesia, Banda Aceh, Indonesia

² Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Serambi Mekkah, Banda Aceh, Indonesia

Corresponding Author : raudhatun@uui.ac.id

Latar Belakang Masalah: *World Health Organization* (WHO) memperkirakan bahwa 15-20% ibu hamil baik di negara maju maupun berkembang akan mengalami resiko tinggi (resti) dan/atau komplikasi kehamilan. Dari hasil wawancara pada 5 orang ibu hamil mengatakan bahwa kurangnya pengetahuan tentang gizi saat hamil dan hamil diatas usia 35 tahun yang mengakibatkan terjadinya resiko tinggi saat kehamilan karena inilah penyebab peningkatan kasus resiko tinggi pada ibu hamil tiga tahun terakhir di wilayah kecamatan puskesmas Durian Kawan Kabupaten Aceh Selatan. Tujuan Penelitian: Untuk mengetahui Pengaruh Penyuluhan Kesehatan tentang Gizi Pada Ibu Hamil dengan Kehamilan Berisiko Tinggi di UPTD Puskesmas Durian Kawan Kabupaten Aceh Selatan tahun 2020. Metode Penelitian: Jenis penelitian ini bersifat *Quasi Experimental* dengan desain *one Group pretest-postest*. Populasi dalam penelitian adalah seluruh ibu hamil dengan hamil Trimester III yaitu 56 orang yang dating berkunjung dari periode juli sampai agustus 2020 dengan pengambilan sampel *total sampling*. Hasil Penelitian: Ada pengaruh yang signifikan penyuluhan kesehatan tentang gizi terhadap kehamilan berisiko tinggi dengan hasil analisa pada *Sig. (2-tailed)* diperoleh 0.000 yang bermakna lebih kecil dari $\alpha = 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak, yang berarti ada pengaruh yang sangat signifikan dalam pemberian penyuluhan kesehatan tentang Gizi terhadap kehamilan berisiko tinggi pada responden di UPTD Puskesmas Durian Kawan Kabupaten Aceh Selatan. Saran: Diharapkan kepada seluruh masyarakat khususnya kepada ibu hamil dan calon ibu hamil agar dapat mempersiapkan sebaik mungkin pengetahuan dan informasi seputar kehamilan sehat dan dapat mengkonsumsikan bergizi selama hamil agar dapat mengurangi dan menghindari terjadinya komplikasi saat kehamilan.

Kata kunci : Kehamilan Berisiko Tinggi, Penyuluhan Kesehatan tentang Gizi

Background to the Problem: The World Health Organization (WHO) estimates that 15-20% of pregnant women in both developed and developing countries will experience high risk (rest) and pregnancy complications. The results of interviews with 5 pregnant women said that the lack of knowledge about nutrition during pregnancy and pregnancy over the age of 35 years resulted in a high risk during pregnancy because this is the cause of the increase in high-risk cases in pregnant women in the last three years in the district of Puskesmas Durian Kawan, Aceh Regency South. Research Objectives: To determine the effect of health education on nutrition in pregnant women with high-risk pregnancies at the UPTD Durian Kawan Public Health Center, South Aceh Regency in 2020. Research Methods: This type of research was Quasi-Experimental with one group pretest-postest design. The population in the study were all pregnant women with trimester III pregnancy, namely 56 people who came to visit from the period July to August 2020 with total sampling. Results: There is a significant effect of health education on nutrition on high-risk pregnancies with the results of the analysis on Sig. (2-tailed) obtained 0.000, which is smaller than $\alpha = 0.05$, so it can be concluded that H_a is accepted, and H_0 is rejected, which means that there is a very significant effect in providing health education about nutrition on high-risk pregnancies to respondents at UPTD Puskesmas Durian Kawan, South Aceh Regency. Suggestion: It is hoped that the whole community, especially pregnant women and prospective pregnant women, can prepare the best possible knowledge and information about healthy pregnancy and can consume nutritious food during pregnancy to reduce and avoid complications during pregnancy.

Keywords: High-Risk Pregnancy, Health Education about Nutrition

PENDAHULUAN

Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia masih cukup tinggi, dibandingkan dengan negara ASEAN lainnya. Kematian ibu yang tinggi tersebut disebabkan oleh komplikasi saat kehamilan dan persalinan. *World Health Organization* (WHO) memperkirakan bahwa 15-20% ibu hamil baik di negara maju maupun berkembang akan mengalami resiko tinggi (resti) dan/atau komplikasi kehamilan. Salah satu penyebab terjadinya kehamilan risiko tinggi pada ibu hamil adalah kurangnya pengetahuan dan sikap positif ibu tentang kesehatan reproduksi (Esti, 2016).

Kehamilan yang sehat merupakan dambaan bagi setiap wanita atau ibu yang sudah dinyatakan positif hamil, oleh karenanya kehamilan yang sehat harus dapat dijaga dengan menyiapkan mental dan menjalani pola hidup sehat dengan mengkonsumsi makanan bergizi, untuk itu faktor asupan gizi yang seimbang menjadi penting bagi ibu hamil agar janin tetap sehat dan dapat berkembang dengan baik. Semakin baik asupan gizi oleh ibu maka akan semakin baik pula proses pertumbuhan janin di dalam kandungan (Yosephin, 2018).

Gizi menjadi bagian yang sangat penting dalam pertumbuhan dan perkembangan karena gizi memiliki keterkaitan yang erat dengan kesehatan. Status gizi merupakan hal yang penting diperhatikan pada masa kehamilan manfaat gizi bagi ibu hamil adalah untuk kesehatan ibu, perumbuhan dan perkembangan janin dan mencegah komplikasi pada ibu dan janin (Nugroho, 2014).

Dampak jika ibu hamil mengalami gizi kurang atau buruk bagi ibu dapat menyebabkan anemia, perdarahan, berat badan ibu tidak bertambah secara normal dan penyakit infeksi. Sedangkan pada janin dapat terjadi BBLR, setelah lahir akan mengalami IQ dibawah rata-rata, pertumbuhan dan perkembangan janin terhambat, kelahiran premature, anemia pada bayi baru lahir dan bayi baru lahir mudah terinfeksi. Salah satu faktor penyebab tingginya angka kekurangan gizi pada amsa kehamilan adalah kurangnya pengetahuan ibu hamil tentang gizi masa kehamilan (Winarsih, 2019).

Upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang gizi adalah dengan memberikan Penyuluhan Kesehatan tentang gizi masa kehamilan. Penyuluhan Kesehatan merupakan kegiatan atau usaha menyampaikan pesan kesehatan kepada masyarakat, kelompok atau individu, yang diharapkan dapat memperoleh pengetahuan

tentang kesehatan yang lebih baik. Terdapat beberapa media yang dapat digunakan saat penyuluhan kesehatan adalah *audio visual* dan *leaflet* (Induniasih, 2017).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Nadiya (2020), tentang Pengaruh penyuluhan menggunakan media *booklet* pada ibu hamil terhadap tingkat pengetahuan gizi pada kehamilan di desa pulo kiton Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen, hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara penyuluhan dengan pengetahuan ibu hamil tentang gizi. Hal ini juga didukung oleh penelitian Febriantika (2016), tentang Pengaruh promosi kesehatan terhadap pengetahuan ibu mengenai gizi ibu hamil di Puskesmas Pasir Kecamatan Ciampea Kabupaten Bogor, hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh promosi kesehatan dengan pengetahuan ibu hamil tentang gizi.

Menurut Data Kementerian Kesehatan Indonesia (Kemenkes) tahun 2016 prevalensi ibu hamil yang mengalami KEK sebesar 16,2%, angka ini meningkat bila dibandingkan pada tahun 2017 sebesar 37,3% dan pada tahun 2018 berdasarkan data yang diperoleh dari Riskesdas 2018 prevalensi KEK meningkat kembali sebesar 38,5%. Hal ini menunjukkan bahwa prevalensi KEK di Indonesia dalam kurun waktu tiga tahun terakhir mengalami peningkatan (Riskesdas, 2018).

Berdasarkan data yang diperoleh dari Profil Kesehatan Provinsi Aceh tahun 2019 Jumlah ibu hamil yang mengalami KEK sebesar 20,3%, angka ini meningkat dibandingkan pada tahun 2018 sebesar 20,9%. Jumlah kematian ibu yang disebabkan oleh infeksi sebanyak 17 orang (5,3%) dan perdarahan sebanyak 49 orang (29,3%), anemia sebanyak 13 orang (2,9%) (Dinas Kesehatan Provinsi, 2019).

Data yang di dapatkan dari Dinas Kesehatan Aceh Selatan pada tahun 2019 jumlah ibu hamil yang berada 5.964 jiwa dan jumlah ibu hamil yang mengalami KEK sebanyak 117 (1,9%) dan yang mendapat pemberian makanan tambahan (PMT) sebanyak 98 orang (83,7%). Jumlah ibu hamil yang mengalami KEK terbanyak terdapat di beberapa Puskesmas yaitu Puskesmas Durian Kawan sebanyak 30 orang (4,8%), Puskesmas Kluet Timur sebanyak 19 orang (3,9%) dan Puskesmas Labuhan haji Timur sebanyak 10 orang (2,5%), berdasarkan data tersebut penulis mengambil penelitian di Puskesmas Durian Kawan tahun 2020.

Berdasarkan hasil survey data awal yang dilakukan di Puskesmas Durian kawan Aceh Selatan tahun bulan Juli tahun 2020 diperoleh adanya jumlah ibu hamil dari tahun 2018

berjumlah 357 orang ibu hamil dan yang mengalami resiko tinggi saat kehamilan ada 20 orang ibu hamil (5,6%) diantaranya dikarenakan penyebab perdarahan dan hamil di usia diatas 35 tahun, sedangkan pada tahun 2019 berjumlah 401 orang ibu hamil yang mengalami resiko tinggi saat kehamilan ada 15 orang ibu hamil (3,74%) penyebabnya hamil usia diatas 35 tahun dan paritas, dan pada tahun 2020 dari periode Januari sampai dengan Juli diperoleh data ibu hamil berjumlah 172 orang ibu hamil yang mengalami resiko tinggi pada kehamilan berjumlah 23 orang ibu hamil (13,3%) penyebabnya mayoritas perdarahan dan kekurangan energi kronis. Dari hasil wawancara pada 5 orang ibu hamil mengatakan bahwa kurangnya pengetahuan tentang gizi saat hamil dan hamil diatas usia 35 tahun yang mengakibatkan terjadinya resiko tinggi saat kehamilan karena inilah penyebab peningkatan kasus resiko tinggi pada ibu hamil tiga tahun terakhir di wilayah kecamatan puskesmas Durian Kawan Kabupaten Aceh Selatan.

Berdasarkan uraian tersebut di atas peneliti tertarik untuk mengambil penelitian dengan judul “Pengaruh Penyuluhan Kesehatan tentang Gizi Pada Ibu Hamil dengan Kehamilan Berisiko Tinggi di UPTD Puskesmas Durian Kawan Kabupaten Aceh Selatan tahun 2020”.

METODE

Jenis penelitian ini bersifat *Quasi Experimental* dengan desain *one Group pretest-posttest*, observasi dilakukan dua kali yaitu sebelum eksperimen disebut *pretest* dan sesudah eksperimen disebut *posttest* (Sugiyono, 2010), untuk mengetahui pengaruh penyuluhan kesehatan tentang gizi terhadap pengetahuan ibu hamil dengan kehamilan berisiko tinggi di UPTD Puskesmas Durian Kawan Kabupaten Aceh Selatan tahun 2020.

Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Durian Kawan Kabupaten Aceh Selatan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil dengan kehamilan trimester III yang berkunjung ke Puskesmas Durian Kawan periode Juli sampai Agustus 2020 berjumlah 56 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah ibu hamil dengan berisiko tinggi yang berkunjung ke Puskesmas Durian Kawan Kabupaten Aceh Selatan tahun 2020. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *Total Sampling* yaitu pengambilan sampel yang dilakukan dengan mengambil seluruh populasi berjumlah 56 orang. Pengolahan data menggunakan analisa data univariate dan bivariate dengan uji *Test (T)*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Univariate Analysis

Tabel 1. Karakteristik Responden

No	Karakteristik	F	%
1	Umur		
	> 25	12	21.4
	< 25	44	78.6
	Jumlah	56	100
2	Pendidikan		
	SD,SMP	13	23.2
	SMA	32	57.1
	PT	11	19.6
	Jumlah	56	100
3	Pekerjaan		
	Tidak Bekerja (IRT)	50	89.3
	Bekerja (PNS,Swasta)	6	10.7
	Jumlah	56	100
4	Paritas		
	Nullipara	20	35.7
	Primipara	11	19.6
	Multi dan Grande	25	44.6
	Jumlah	56	100
5	LILA		
	>23	48	85.7
	<23	8	14.3
	Jumlah	56	100

Berdasarkan dari table diatas dapat diketahui bahwa mayoritas responden berumur < 25 yaitu sebanyak 44 responden (78.6%) sedangkan pada pendidikan mayoritas responden memiliki pendidikan tingkat SMA sebanyak 32 responden (57.1%). Pada pekerjaan mayoritas responden memiliki pekerjaan sebagai IRT (ibu rumah tangga) sebanyak 50 responden (89.3%), sedangkan pada LILA (lingkar lengan) mayoritas ibu hamil memiliki lingkar lengan sebanyak > 23 cm yaitu 48 responden (85.7%).

Uji Normalitas Data

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas

		Tests of Normality		
		Kolmogorov-Smirnov ^a		
kelompok		Statistic	df	Sig. (2-tailed)
Kehamilan Beresiko Tinggi	Pretest penyuluhan Kesehatan	.106	56	.175
	Postest penyuluhan Kesehatan	.249	56	.029

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa hasil uji normalitas menunjukkan bahwa nilai Sig. (2-tailed) pada *pretest* 0,175 dan 0,029 pada *post test*, maka nilai tersebut lebih besar dari $\alpha = 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal.

Hasil Uji Statistik T (*Test*)

Tabel 3. Hasil Uji T (*Test*)

Kelompok	Mean	N	Std. Deviation	95% Confidence Interval of the Difference		Sig. 2-tailed
				Lower	Upper	
Pretest	12.71	56	4.159	9.235	6.979	.000
Posttest	20.82	56	2.037			

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa rata-rata nilai *pre test* yaitu 12.71 dan nilai rata-rata *post test* yaitu 20.82 dengan ini menunjukkan bahwa adanya perbedaan dari kedua perlakuan tersebut yaitu sebelum memberikan penyuluhan kesehatan tentang Gizi dan sesudah diberikan penyuluhan. Hasil analisa pada sig. (2-tailed) diperoleh 0.000 yang bermakna lebih kecil dari $\alpha = 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak, yang berarti ada pengaruh yang sangat signifikan dalam pemberian penyuluhan kesehatan tentang Gizi

terhadap Kehamilan Beresiko Tinggi di UPTD Puskesmas Durian Kawan Kabupaten Aceh Selatan.

PEMBAHASAN

Pengaruh Penyuluhan Kesehatan tentang Gizi Pada Kehamilan Beresiko Tinggi

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dapat diketahui bahwa rata-rata nilai *pre test* yaitu 12.71 dan nilai rata-rata *post test* yaitu 20.82 dengan ini menunjukkan bahwa adanya perbedaan dari kedua perlakuan tersebut yaitu sebelum memberikan penyuluhan kesehatan tentang Gizi dan sesudah diberikan penyuluhan. Hasil analisa pada sig. (*2-tailed*) diperoleh 0.000 yang bermakna lebih kecil dari $\alpha = 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak, yang berarti ada pengaruh yang sangat signifikan dalam pemberian penyuluhan kesehatan tentang Gizi terhadap Kehamilan Beresiko Tinggi di UPTD Puskesmas Durian Kawan Kabupaten Aceh Selatan.

Secara teori disebutkan bahwa pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui pancaindra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Salah satu faktor yang dapat meningkatkan pengetahuan adalah adanya penyuluhan. (Notoatmodjo, 2016) . Penyuluhan merupakan kegiatan dalam hubungannya dengan peningkatan pengetahuan, keahlian, sikap maupun perilaku. Seperti halnya tenaga kerja yang diterima melalui program seleksi, pada umumnya belum siap pakai dan tenaga kerja yang lama memerlukan pengetahuan, keahlian dan kecakapan yang baru sesuai dengan tuntutan jabatan dan tuntutan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi. (Notoatmodjo, 2012)

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Esti Hitatami, dkk 2014 tentang adanya peningkatan pengetahuan pada ibu hamil $49,2 \pm 11,6$ menjadi $60,6 \pm 12,6$ ($p < 0,05$) dapat disimpulkan bahwa pendidikan kesehatan dengan layanan pesan singkat dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang kehamilan risiko tinggi.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut maka peneliti mengambil kesimpulan bahwa dengan dilakukannya penyuluhan kesehatan secara rutin oleh tenaga kesehatan tentang

bagaimana mengomsumsi makanan yang bergizi saat kehamilan maka dapat mengurangi resiko tinggi saat kehamilan. Pengetahuan yang didapat oleh ibu hamil saat penyuluhan membuat ibu hamil semakin antusias dalam menjaga kehamilan agar kondisi saat hamil semakin sehat, dan itu pula dari hasil yang terjadi di lapangan banyak ibu hamil yang sudah mulai memahami akan pentingnya menjaga gizi saat kehamilan hal itu didapati bahwa banyak ibu-ibu hamil yang memiliki ukuran LILA (lingkar lengan) cukup dan normal.

KESIMPULAN

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa :

- Ada pengaruh yang signifikan penyuluhan kesehatan tentang gizi terhadap kehamilan beresiko tinggi dengan hasil analisa pada *Sig. (2-tailed)* diperoleh 0.000 yang bermakna lebih kecil dari $\alpha = 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak, yang berarti ada pengaruh yang sangat signifikan dalam pemberian penyuluhan kesehatan tentang Gizi terhadap kehamilan beresiko tinggi pada responden di UPTD Puskesmas Durian Kawan Kabupaten Aceh Selatan.

SARAN

Diharapkan kepada seluruh masyarakat khususnya kepada ibu hamil dan calon ibu hamil agar dapat mempersiapkan sebaik mungkin pengetahuan dan informasi seputar kehamilan sehat dan dapat mengkonsumsimakan makanan bergizi selama hamil agar dapat mengurangi dan menghindari terjadinya komplikasi saat kehamilan dan bagi Pihak Puskesmas dapat menekankan dan melakukan penyuluhan-penyuluhan kesehatan tentang penyebab kehamilan beresiko tinggi yang terjadi pada kehamilan agar senantiasa masyarakat khususnya ibu hamil dapat terhindar dari komplikasi yang akan terjadi

DAFTAR PUSTAKA

1. Adriani, Meriyana. 2016. *Pengantar Gizi Masyarakat*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group
2. Amiruddin. 2014. *Determinan Kesehatan Ibu Dan Anak*. Jakarta: Trans Info Media

3. Kesehatan Republik Indonesia
4. Kemenkes. 2018. *Profil Kesehatan Indonesia*. www.depkes.co.id (Dikutip pada tanggal 11 Juli 2020)
5. Nugroho, Taufan. 2014. *Buku Ajar Askeb 1 Kehamilan*. Yogyakarta. Nuha Medika
6. Notoadmodjo, Soekidjo. 2011. *Buku Kesehahatan Masyarakat Ilmu dan Seni*. Ed Revisi. Renika Cipta
7. Pratiwi. 2019. *Patologi Kehamilan. Memahami Berbagai Penyakit Dan Komplikasi Kehamilan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press
8. Profil Kesehatan Provinsi Aceh. *Angka Kematian Ibu dan Komplikasi Kebidanan*. 2018
9. Purwoastuti. 2015. *Prilaku Dan Softskills Kesehatan Panduan Untuk Tenaga Kesehatan Perawat Dan Bidan*. Yogyakarta. Pustaka Baru Press.
10. Puskesmas Durian Kawan. 2020. *Jumlah Ibu Hamil, Kehamilan Berisiko Tinggi dan Gizi Kurang Pada Ibu Hamil*.
11. Riskesdas. 2018. *Prevalensi Anemia Pada IBu Hamil*. www.depkes.co.id (Dikutip pada tanggal 14 Juli 2020)
12. Rukiah, Aiyyeh. 2013. *Asuhan Kebidanan 1 Kehamilan*. Jakarta. Trans Info Media.
- a. . 2014. *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Jakarta. Trans Info Media
13. Sarwono, 2014. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta : PT. Bina Pustaka
14. Winarsih. 2019. *Pengantar Ilmu Gizi Dalam Kebidanan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press
15. WHO. 2015. *Angka Kematian Ibu Di Dunia*
16. Yosephin. 2018. *Tuntunan Praktis Menghitung Kebutuhan Gizi*. Yogyakarta. Andi
17. Zulfah. (2018). *Terapi Diet Pada Berbagai Penyakit*. Poltekkes Kemenkes Aceh