

**PEMBERDAYAAN KADER DAN EDUKASI KEPADA IBU HAMIL DALAM
UPAYA PENCEGAHAN KEKURANGAN ENERGI KRONIK DAN ANEMIA
PADA KEHAMILAN DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS MENGGAMAT
KECAMATAN KLUET TENGAH KABUPATEN ACEH SELATAN**

**Kader Empowerment and Education to Pregnant Mothers in an Effort to Prevent
Chronic Energy Lack and Anemia in Pregnancy in the Work Area of UPTD
Puskesmas Observing Kluet Tengah District
South Aceh District**

Faradilla Safitri¹⁾, Asmaul Husna²⁾

1 Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ubudiyah Indonesia
email : faradilla@uui.ac.id

2 Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ubudiyah Indonesia
email : asmaulhusna@uui.ac.id

Corresponding author : faradilla@uui.ac.id

Abstrak

Ibu hamil memerlukan asupan gizi yang lebih banyak, selain gizi dibutuhkan bagi tubuhnya sendiri dan janin yang di dalam kandungan. Masalah gizi pada kehamilan sering dikenal sebagai Kekurangan Energi Kronik (KEK). Kekurangan Energi Kronik (KEK) merupakan suatu keadaan dimana seseorang mengalami kekurangan gizi yaitu kalori dan protein yang berlangsung secara menahun dengan tanda gejala berat badan kurang dari 40 kg dan tampak kurus dengan lingkat lengan atas < 23.5 cm. Pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Ubudiyah Indonesia ini dilakukan berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan sebelumnya yaitu masih ada hamil yang mengalami kekurangan energi kronik di wilayah kerja UPTD Puskesmas Menggamat Kecamatan Kluet Tengah Kabupaten Aceh Selatan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertemakan tentang “Pemberdayaan Kader dan Edukasi Kepada Ibu Hamil Dalam Upaya Pencegahan Kekurangan Energi Kronik dan Anemia pada Kehamilan” yang telah dilaksanakan pada tanggal 29 Agustus dan 9 September 2022 di wilayah kerja UPTD Puskesmas Menggamat Kecamatan Kluet Tengah Kabupaten Aceh Selatan, dan media yang digunakan berupa brosur. Hasil yang diperoleh adalah para kader dan ibu hamil memahami tentang kekurangan energi kronik dan anemia pada kehamilan sehingga dapat melakukan pencegahan dan penanganan yang tepat guna menurunkan angka kesakitan dan kematian pada ibu dan janin.

Kata Kunci : Kekurangan energi kronik, ibu hamil, kader

Abstract

Pregnant women need more nutritional intake, in addition to the nutrients needed for their own bodies and the fetus in the womb. Nutritional problems in pregnancy are often known as Chronic Energy Deficiency (KEK). Chronic Energy Deficiency (CED) is a condition in which a person experiences a chronic nutritional deficiency, namely calories and protein with signs and symptoms of body weight less than 40 kg and looks thin with an upper arm

circumference of < 23.5 cm. This community service carried out by a lecturer at the Faculty of Health Sciences, Ubudiyah University, Indonesia, was carried out based on the results of research that had been carried out previously, namely that there were still pregnant women who experienced chronic energy deficiency in the working area of the UPTD Puskesmas Menggamat, Kluet Tengah District, South Aceh Regency. This community service activity has the theme "Cadre Empowerment and Education for Pregnant Women in Efforts to Prevent Chronic Energy Deficiency and Anemia in Pregnancy" which was carried out on August 29 and September 9, 2022 in the working area of the UPTD Puskesmas Menggamat, Kluet Tengah District, South Aceh Regency, and the media used in the form of brochures. The results obtained are that the cadres and pregnant women understand about chronic energy deficiency and anemia in pregnancy so that they can take appropriate prevention and treatment to reduce morbidity and mortality in the mother and fetus.

Keywords: *Chronic energy deficiency, pregnant women, cadres*

1. PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan proses alamiah, namun apabila tidak diperhatikan dengan baik selama kehamilan maka deteksi dini komplikasi pada ibu dan janin tidak diketahui sehingga diperlukan suatu usaha dari ibu dan keluarga dengan cara memeriksakan kehamilannya minimal empat kali selama kehamilan (Dartiwen, 2019). Kebutuhan gizi pada wanita hamil lebih tinggi dibandingkan sebelum hamil. Tambahan energi dan zat – zat gizi lain diperlukan untuk memenuhi kebutuhan gizi ibu, pertumbuhan dan perkembangan janin, serta mempersiapkan energi untuk menghadapi persalinan (Winarsih, 2018).

Kekurangan Energi Kronik (KEK) adalah salah satu keadaan malnutrisi. Dimana keadaan ibu menderita kekurangan makanan yang berlangsung menahun (kronik) yang mengakibatkan timbulnya gangguan kesehatan pada ibu secara relative atau absolut satu atau lebih zat gizi (Supariasa, 2013). Kekurangan Energi

Kronik (KEK) merupakan suatu keadaan dimana seseorang mengalami kekurangan gizi yaitu kalori dan protein yang berlangsung secara menahun dengan tanda gejala berat badan kurang dari 40 kg dan tampak kurus dengan lingkar lengan atas < 23.5 cm (Winarsih, 2018).

Kekurangan energi kronik pada ibu hamil dapat menyebabkan risiko terjadinya anemia, perdarahan, berat badan ibu tidak bertambah secara normal, terkena penyakit infeksi, dan menjadi penyebab tidak langsung kematian ibu, selanjutnya ibu juga berisiko mengalami persalinan lama, persalinan prematur, perdarahan post partum serta peningkatan tindakan *section caesaria*. KEK pada ibu hamil juga dapat menyebabkan *intrauterine growth retardation* (IUGR), atau bahkan *intrauterine fetal death* (IUFD), kelainan kongenital, anemia serta la(Kementrian Kesehatan Republik Indonesia 2021)hir dengan berat badan lahir rendah (Suryani *et al*, 2021).

Indikator prevalensi ibu hamil kurang energi kronik (KEK) juga mengalami

penurunan yang cukup signifikan, yaitu 24,2% tahun 2013 menjadi 17,3% tahun 2018. Kondisi sebaliknya ditunjukkan prevalensi anemia pada ibu hamil yang mengalami peningkatan cukup tinggi dari 37,1% menjadi 48,9%. Kekurangan zat gizi besi menjadi penyebab utama anemia di Indonesia. Anemia gizi besi berdampak negative pada pertumbuhan dan perkembangan balita, menurunnya produktifitas pada orang dewasa dan menurunnya fungsi kognitif pada wanita (Kemenkes RI, 2021)

Faktor penyebab terjadinya KEK, diantaranya adalah kurangnya pengetahuan ibu mengenai zat gizi yang dibutuhkan selama kehamilan, asupan gizi sangatlah penting bagi ibu hamil karena akan berpengaruh besar terhadap calon bayi yang akan dilahirkan. Umur juga sangat mempengaruhi status gizi ibu hamil, jika ibu hamil dengan usia yang sudah tidak lagi produktif maka akan terjadi ketidak seimbangannya asupan gizi yang akan dipenuhinya. Jarak kelahiran juga akan berpengaruh pada sistem organ reproduksi. Untuk mencukupi kebutuhan gizi selama masa kehamilan tentunya ibu juga harus memenuhi standar asupan gizi yang seimbang dan pada prekonomian ibu lah yang sangat berpengaruh untuk memenuhi zat gizi yang dibutuhkan (Arantika dan Fatimah, 2019).

Berdasarkan latar belakang dan hasil penelitian tersebut maka dosen dan mahasiswa dari Fakultas Ilmu

Kesehatan Universitas Ubudiyah Indonesia ingin memberdayakan kader dalam memberikan edukasi kepada ibu hamil tentang kekurangan energi kronik dan anemia pada ibu hamil di wilayah kerja UPTD Puskesmas Menggamat Kecamatan Kluet Tengah Kabupaten Aceh Selatan.

2. METODE

Pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan untuk memberdayakan kader dan memberikan edukasi kepada ibu hamil dengan tema “Upaya pencegahan kekurangan energi kronik dan anemia pada kehamilan”. Media yang digunakan berupa brosur. Pendidikan kesehatan ini dilakukan saat posyandu yang dilaksanakan pada tanggal 29 Agustus dan 9 September 2022 di wilayah kerja UPTD Puskesmas Menggamat Kecamatan Kluet Tengah Kabupaten Aceh Selatan. Penyelenggaraan pendidikan kesehatan ini bekerja sama dengan pihak Puskesmas UPTD Puskesmas Menggamat.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di UPTD Puskesmas Menggama ini atas dasar penelitian yang sebelumnya dilakukan pada tanggal 20 Juni sampai dengan 5 Juli 2022 di Wilayah Kerja Menggamat Kecamatan Kluet Tengah Kabupaten Aceh Selatan, dengan hasil sebagai berikut :

Tabel 1

Distribusi frekuensi kejadian KEK, umur ibu, pendidikan, pekerjaan, pengetahuan dan aktifitas fisik ibu hamil di wilayah kerja UPTD Pukesmas Menggamat Kecamatan Kluet Tengah Kabupaten Aceh Selatan

No	Variabel	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Kekurangan Energi Kronik		
	a. Ya	11	27.5
	b. Tidak	29	72.5

No	Variabel	Frekuensi (f)	Persentase (%)
2.	Umur Ibu		
	a. Berisiko (< 20 th dan > 35 th)	9	22.5
	b. Tidak berisiko (20 th s/d 35 th)	31	77.5
3.	Pendidikan Ibu		
	a. Rendah	34	85.0
	b. Tinggi	6	15.0
4.	Pekerjaan Ibu		
	a. Tidak Bekerja	31	77.5
	b. Bekerja	9	22.5
5.	Pengetahuan		
	a. Rendah	18	45.0
	b. Tinggi	22	55.0
6.	Aktivitas Fisik		
	a. Sedang	9	22.5
	b. Ringan	31	77.5
Total		40	100.0

Berdasarkan tabel 1, dapat dilihat bahwa sebanyak 29 responden (72.5%) tidak mengalami KEK, 31 responden (77.5%) pada kategori umur tidak berisiko (20 th s/d 35 th), 34 responden (85.0%) berpendidikan rendah (SD-SMA), 31 responden (77.5%) tidak bekerja, 22 responden (55.0%) berpengetahuan tinggi dan 31 responden (77.5%) melakukan aktifitas fisik yang ringan.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa sebagian besar ibu hamil yang berada di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Menggamat Kecamatan Kluet Tengah Kabupaten Aceh Selatan tidak mengalami kekurangan energi kronik.

Namun masih ada pula ibu yang mengalami kekurangan energi kronik, hal ini yang mendasari sehingga dilakukannya upaya penurunan dan penatalaksanaan ibu hamil dengan KEK dengan pemberdayaan kader dan pemberian edukasi kepada ibu hamil yang berada di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Menggamat Kecamatan Kluet Tengah Kabupaten Aceh Selatan.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 29 Agustus dan 9 September 2022 di wilayah kerja UPTD Puskesmas Menggamat Kecamatan Kluet Tengah Kabupaten Aceh Selatan.



Gambar 1. Penyuluhan kesehatan



Gambar 2. Penyuluhan kesehatan

4. KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian Masyarakat merupakan wujud kontribusi Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Ubudiyah dalam implementasi tridarma perguruan tinggi. Kegiatan ini juga diharapkan dapat meningkatkan derajat kesehatan. Pengabdian yang telah dilakukan dalam kegiatan ini berupa pemberdayaan kader dan edukasi tentang upaya pencegahan kekurangan energi kronik pada ibu hamil di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Menggamat Kecamatan Kluet Tengah Kabupaten Aceh Selatan.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 29 Agustus dan 9 September 2022 di wilayah kerja UPTD Puskesmas Menggamat Kecamatan Kluet Tengah Kabupaten Aceh Selatan

dan media yang digunakan berupa brosur. Pemberian edukasi dan pemberdayaan kader ini diharapkan akan menghasilkan target luaran yaitu seluruh hamil yang berada di wilayah kerja UPTD Puskesmas Menggamat Kecamatan Kluet Tengah Kabupaten Aceh Selatan tidak mengalami kekurangan energi kronik selama kehamilan, hal ini dapat menjadi salah satu upaya untuk mendeteksi secara dini masalah-masalah kesehatan yang timbul pada ibu dan janin sehingga dapat menurunkan angka kesakitan dan kematian ibu dan bayi selama masa ini.

5. REFERENSI

- Arantika dan Fatimah. 2019. *Patologi Kehamilan Memahami Berbagai Penyakit Dan Komplikasi Kehamilan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Dartiwen. 2019. *Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan*. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2021. *“Laporan Akuntabilitas Kinerja Kegiatan Pembinaan Gizi Masyarakat Tahun 2021.”* In *Kemendes RI*, Jakarta: Direktorat Gizi Masyarakat Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Supriasa. 2013. *Penilaian Status Gizi (Edisi Revisi)*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Suryani, Lilis, Merisa Riski, Rini Gustina Sari, and Heru Listiono. 2021. *“Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Kekurangan Energi Kronik Pada Ibu Hamil.”* *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi* 21(1): 311.
- Winarsih. 2018. *Pengantar Ilmu Gizi Dalam Kebidanan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.