

**Penyuluhan dan Pemeriksaan Status Gizi Ibu Hamil
di Wilayah Kerja Puskesmas Labuhan Deli Kabupaten Deli Serdang**

Netti Meilani Simanjuntak, Ronni Naudur Siregar, Agnes Purba
Program Studi Sarjana Kebidanan, Universitas Sari Mutiara Indonesia

nettimeilani1987@gmail.com

ABSTRAK

Kurang energi kronis (KEK) dan anemia dalam kehamilan adalah kondisi dimana ibu hamil mengalami kekurangan asupan zat gizi dalam jangka waktu yang lama (kronis) dan kekurangan asupan zat besi. Kurang energi kronis (KEK) dan anemia akan memberikan dampak terhadap kehamilan, persalinan, dan nifas baik pada ibu maupun janin. Dampak tersebut diantaranya berat badan ibu tidak bertambah sesuai usia kehamilan, keguguran, infeksi kehamilan, pendarahan, bayi lahir mati, *stunting*, dan risiko operasi sesar. Pemerintah dalam menangani permasalahan KEK dan anemia membuat program pemberian makanan tambahan (PMT) ibu hamil berupa biskuit dan pemberian tablet zat besi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis konsumsi makanan tambahan (PMT) dan tablet zat besi terhadap kurang energi kronis (KEK) dan anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Labuhan Deli. Penelitian ini menggunakan desain analitik observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Lokasi penelitian ini di wilayah kerja Puskesmas Labuhan Deli dengan sampel ibu hamil trimester II dan III dengan teknik pengambilan sampel yaitu *total sampling* dengan jumlah 72 responden. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan kuesioner dan diolah secara statistik dengan menggunakan uji *chi-square*. Hasil penelitian diperoleh bahwa ada hubungan signifikan antara konsumsi biskuit PMT terhadap KEK pada ibu hamil ($p=0,001$), ada hubungan signifikan antara konsumsi PMT terhadap anemia pada ibu hamil ($p=0,001$), ada hubungan signifikan antara konsumsi tablet zat besi terhadap KEK ($p=0,003$) dan ada hubungan signifikan antara konsumsi tablet zat besi terhadap anemia ($p=0,002$). Untuk itu diharapkan agar ibu hamil tetap memperhatikan asupan zat gizi dan zat besi selama kehamilan sehingga terhindar dari KEK dan anemia.

Kata Kunci: Pemberian Makanan Tambahan (PMT), Tablet Zat Besi, Kurang Energi Kronis, Anemia

ABSTRACT

Chronic energy deficiency (CED) and anemia in pregnancy are conditions in which pregnant women experience a long-term (chronic) lack of nutrient intake and iron deficiency. Chronic energy deficiency (CED) and anemia will have an impact on pregnancy, childbirth and postpartum both for the mother and the fetus. These impacts include the mother's weight not increasing according to gestational age, swelling, pregnancy infection, bleeding, stillbirth, stunting, and the risk of cesarean section. The government, in dealing with CED and anemia problems, has created a supplementary feeding program (PMT) for pregnant women in the form of biscuits and giving iron tablets. This study aims to analyze the consumption of supplementary food (PMT) and iron tablets against chronic energy deficiency (CED) and anemia in pregnant women in the Labuhan Deli Health Center work area. This study used an observational analytic design with a cross sectional approach. The location of this study was in the work area of the Labuhan Deli Health Center with samples of pregnant women in the second and third trimesters with a sampling technique that was total sampling with a total of 72 respondents. Data collection in this study used a questionnaire and was processed statistically using the chi-square test. The results showed that there was a significant relationship between consumption of PMT biscuits and CED in pregnant women ($p=0.001$), there was a significant relationship between consumption of PMT and anemia in pregnant women ($p=0.001$), there was a significant relationship between consumption of iron tablets and CED ($p=0.003$) and there was a significant relationship between consumption of iron tablets and anemia ($p=0.002$). For this reason, it is hoped that pregnant women will continue to pay attention to their intake of nutrients and iron during pregnancy so that they avoid KEK and anemia.

Keyword: Supplementary Feeding (PMT), Iron Tablets, Chronic Energy Deficiency (CED), Anemia

1. Pendahuluan

Kehamilan adalah suatu proses alamiah yang dilalui oleh wanita usia subur, sehingga perubahan-perubahan yang terjadi pada kehamilan yang normal sifatnya fisiologis, bukan patologis (Idaningsih, 2021). Perubahan fisiologis yang dialami oleh ibu hamil merupakan respons dari perkembangan janin yang dikandung. Hal ini dikarenakan oleh berbagai faktor diantaranya perubahan hormonal, peningkatan volume darah total pada ibu, bertambahnya berat badan, serta bertambahnya ukuran janin yang mana hal ini akan memberikan pengaruh pada fisiologis ibu seperti perubahan muskuloskeletal, sistem endokrin, sistem reproduksi, sistem kardiovaskuler, sistem pernafasan, sistem pencernaan, dan ginjal (Hatini, 2019). Faktor utama yang menjadi penyebab terjadinya KEK adalah kurang asupan zat gizi pada ibu hamil yang sudah berlangsung lama (kronis) (Simbolon & Batbual, 2019) dan penyebab utama terjadinya anemia pada kehamilan adalah rendahnya asupan zat besi dalam darah yang diakibatkan karena perdarahan, pola makan yang tidak teratur (Tampubolon *et al.*, 2021). Pada hasil penelitian (Sandhi *et al.*, 2021) menjelaskan bahwa terdapat hubungan KEK dengan kejadian anemia pada ibu hamil ($p=0.0002$) yang mana ibu hamil KEK berpeluang 39 kali mengalami anemia bila dibandingkan dengan ibu hamil yang tidak KEK. Pada penelitian yang dilakukan oleh Hanum, (2022) juga menjelaskan bahwa ada hubungan kejadian KEK dengan anemia ($p=0.005$). Kejadian KEK akan memberikan dampak pada bayi yang di kandung, bayi yang dikandung oleh ibu hamil dengan kondisi KEK akan mengalami *stunting*. Secara global kejadian *stunting* pada balita tahun 2018 berada pada angka 150,8 juta balita (22,2%) (Izwardy, 2019). Berdasarkan data dari hasil survei status gizi Indonesia (SSGI) 2022

menyatakan bahwa pada tahun 2021 angka *stunting* di Indonesia berjumlah 5.253.404 balita (24,4%) dan pada tahun 2022 berjumlah 4.558.899 balita (21,6%) (Munira, 2023).

Selama kehamilan, asupan gizi harus diperhatikan oleh ibu, mengingat akan pertumbuhan janin dan kebutuhan fisiologis ibu sangatlah penting. Jika kebutuhan akan gizi selama kehamilan tidak terpenuhi maka akan terjadi gangguan pada kehamilan dan janin. Salah satu masalah gizi yang saat ini banyak ditemukan di masyarakat adalah Kurang Energi Kronis (KEK) dan anemia. Kurang Energi Kronis (KEK) merupakan kondisi yang menunjukkan kekurangan energi dan protein pada ibu hamil yang berlangsung lama (kronis) sehingga terjadi gangguan kesehatan pada ibu hamil yang ditandai dengan LILA < 23,5 cm, ibu tampak kurus dan bere terhadap pertumbuhan janin yang terhambat atau *Intra Uterin Growth Retardation* (IUGR), Berat Badan Lahir Rendah (BBLR) dan *Stunting* (Vladimir, 2021; Adfar *et al.*, 2022)

Pada dasarnya pemerintah Provinsi Sumatera Utara telah menerapkan pemberian makanan tambahan (PMT) berupa biskuit lapis dan pemberian tablet zat besi yang dikonsumsi sejak usia kehamilan trimester II sebanyak 90 tablet dengan dosis 60 mg perhari dan dikonsumsi selama 90 hari untuk ibu hamil secara gratis sejak tahun 2019 untuk mencegah terjadinya KEK dan Anemia selama kehamilan. Hal ini telah diberikan kepada 11.487 ibu hamil KEK diprovinsi Sumatera Utara dan yang ada hanya 11.357 atau sebesar 98,87% yang mendapat PMT dan dari 332.810 ibu hamil hanya 254.608 (76,5%) orang yang mendapat tablet zat besi (Dinkes Sumut, 2019).

Tujuan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah melakukan penyuluhan tentang konsumsi makanan

tambahan (PMT) dan tablet zat besi serta pemeriksaan status gizi ibu yang meliputi pengukuran lingkaran lengan atas dan pemeriksaan kadar hemoglobin ibu hamil.

Manfaat dari kegiatan ini adalah agar terdeteksi secara dini kejadian KEK (Kekurangan Energi Kronis) dan anemia pada ibu hamil

2. Metode Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan metode pemeriksaan langsung kepada ibu hamil yaitu berupa pemeriksaan lingkaran lengan atas (Lila) dan pemeriksaan kadar hemoglobin pada ibu hamil. Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan oleh tim yang terdiri dari ketua panitia dan anggota yang berasal dari dosen Program Studi Sarjana Kebidanan Universitas Sari Mutiara Indonesia.

Kegiatan ini diawali dengan pemeriksaan antropometri ibu hamil yakni pengukuran lingkaran lengan atas, timbangan berat dan tinggi badan ibu hamil. Setelah itu dilakukan interpretasi data dan merancang pelaporan dibantu oleh beberapa mahasiswa. Hasil pemeriksaan diberitahu kepada ibu hamil dan kemudian dilakukan edukasi.

Penyuluhan dilakukan dengan cara mengumpulkan semua ibu hamil yang hadir dan melakukan diskusi/ tanya jawab. Pelaksanaan dilaksanakan pada saat kegiatan di Puskesmas Labuhan Deli Kabupaten Deli Serdang.

3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan penyuluhan dan pemeriksaan status gizi ibu hamil ini (pengukuran Lila dan kadar hemoglobin) ini dilaksanakan di Puskesmas Labuhan Deli Kabupaten Deli Serdang yang berlangsung mulai tanggal 9-13 Oktober 2023. Tahap kegiatan ini adalah pengukuran pengetahuan ibu hamil tentang Kekurangan Energi Kronis

dan anemia selama kehamilan, melakukan pemeriksaan antropometri (pengukuran Lila, Berat Badan dan Tinggi Badan), pemberian edukasi/pendidikan kesehatan. Kegiatan ini dihadiri oleh 72 orang ibu hamil dan disambut dengan antusias oleh para peserta. Seluruh ibu setuju untuk dilakukan penyuluhan. Strategi pemeriksaan Lila, dan kadar hemoglobin dilakukan bertujuan untuk menarik minat ibu untuk turut serta berpartisipasi sehingga membuat proses kegiatan berjalan lancar.

Kegiatan ini diawali dengan mengukur pengetahuan (prior knowledge) peserta mengenai KEK dan anemia melalui pre test. Setelah itu dilakukan edukasi dengan metode komunikasi massal (penyuluhan) dengan menggunakan media powerpoint yang menarik dan interaktif dan dilanjutkan dengan forum tanya jawab dan diskusi. Pada hari selanjutnya kegiatan peserta diberikan edukasi tentang konsumsi makanan tambahan dan tablet zat besi selama kehamilan. Berikutnya di ikuti dengan pengukuran Lila, penimbangan BB dan pengukuran TB.

Kerutinan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet zat besi sejak trimester ke II kehamilan dapat meningkatkan kadar hemoglobin ibu sehingga memiliki kehamilan yang sehat dan terhindar dari kehamilan berisiko. Kebutuhan zat besi ibu selama kehamilan adalah 800 mg. Jika ibu hamil mengonsumsi tablet zat besi selama 90 hari (1 tablet/hari) baik di usia kehamilan trimester II ataupun trimester III maka kebutuhan zat besi ibu hamil tersebut terpenuhi.

4. Kesimpulan Dan Saran

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat di Puskesmas Labuhan Deli Kabupaten Deli serdang ini di terima dengan sangat antusias oleh peserta. Perlu adanya keterlibatan petugas kesehatan sebagai sarana informasi kesehatan terkait

peningkatan gizi selama kehamilan karena akan berhubungan dengan kadar hemoglobin ibu selama proses kehamilan. Kegiatan pemberian edukasi terhadap ibu hamil ini merupakan upaya deteksi kekurangan energy kronis dan anemia sehingga nantinya kehamilan yang beresiko dapat dicegah.

5. Referensi

1. Dinkes Sumut, 2019. (2019). *Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Utara 2019*.
2. Hanum, S. (2022). Kepatuhan Konsumsi Tablet FE, Kekurangan Energi Kronis dan Frekuensi Antenatal Care Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil Trimester III. *Open Access Jakarta Journal of Health Sciences*, 1(10), 340–345. <https://doi.org/10.53801/oajjhs.v1i10.75>
3. Hatini, E. E. (2019). Asuhan Kebidanan Kehamilan. Wineka Media. https://books.google.co.id/books?id=-_CYDwAAQBAJ
4. Idaningsih. (2021). *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Buku Lovrinz Puvlishing.
5. Izwardy, D. (2019). *Kebijakan dan strategi penanggulangan stunting di indonesia*.
6. Sandhi, I., S., & Desi, W. E. D. (2021). Pengaruh Kekurangan Energi Kronik (Kek) Terhadap Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Cepiring Kabupaten Kendal. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, VOL 12 NO, 78–86. <https://doi.org/10.36419/jki.v12i440>
7. Simbolon, D., & Batbual, B. (2019). Pencegahan Stunting Periode 1000 Hari Pertama Kehidupan Melalui Intervensi Gizi Spesifik Pada Ibu Hamil Kurang Energi Kronis. CV Budi Utama: Yogyakarta.
8. Tampubolon, R., Lasamahu, J. F., & Panuntun, B. (2021). Identifikasi Faktor-Faktor Kejadian Anemia pada Ibu Hamil

di Kecamatan Amahai Kabupaten Maluku Tengah. *Jurnal Sains Dan Kesehatan*, 3(4), 489–505. <https://doi.org/10.25026/jsk.v3i4.432>

9. Dokumentasi

