



PENGARUH PENDAMPINGAN GIZI TERHADAP PERUBAHAN PERILAKU PEMENUHAN GIZI IBU HAMIL KURANG ENERGI KRONIK (KEK)

Murniyati*, Lili Anggraini

Program Studi Sarjana Kebidanan, STIKES Abdi Nusantara, Jl. Swadaya No.7, Jatibening, Kec. Pd. Gede, Bekasi, Jawa Barat 17412, Indonesia

*murniy102@gmail.com

ABSTRAK

Selama kehamilan kebutuhan gizi akan mengalami peningkatan setidaknya hingga 300 kalori perhari, meskipun telah banyak edukasi diberikan pada ibu hamil, nyatanya sampai saat ini masih banyak ditemukan ibu hamil yang mendapati masalah pada gizi khususnya gizi kurang seperti Kurang Energi Kronis atau KEK. Berbagai upaya yang perlu dilakukan untuk melakukan perbaikan status gizi ibu hamil dengan KEK, salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah pemberian pendamping gizi yang terdiri dari kader Kesehatan. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh pendampingan gizi terhadap perubahan perilaku pemenuhan gizi ibu hamil kurang energi kronik (KEK). Penelitian ini adalah *quasy eksperimental*. di Wilayah kerja Puskesmas Lebak Wangi pada bulan Mei tahun 2023. Sampel penelitian berjumlah 32 ibu hamil yang memenuhi kriteria inklusi. Instrumen penelitian adalah kuesioner perilaku yang diadaptasi dan teruji validitas serta reliabilitasnya. Analisis beda dilakukan dengan uji *Mann whitney*. Hasil uji Mann-Whitney dimana pada pair sebelum pendampingan dan setelah pendampingan diperoleh nilai Sig.2-tailed sebesar $0,003 < 0,05$, maka dapat disimpulkan ada perbedaan rata – rata skor perilaku pada sebelum dan sesudah pendampingan yang dinilai bermakna secara statistic.

Kata kunci: ibu hamil; kurang energi kronik; pendamping gizi

THE INFLUENCE OF NUTRITION ADMINISTRATION ON CHANGES IN BEHAVIOR OF NUTRITION FULFILLMENT OF CHRONIC ENERGY DEFICIENCY (CED)

ABSTRACT

During pregnancy, the nutritional intake will increase at least up to 300 calories per day, even though a lot of education has been given to pregnant women, in fact until now there are still many pregnant women who have problems with nutrition, especially malnutrition such as Chronic Energy Deficiency or CED/KEK. Various efforts need to be made to improve the nutritional status of pregnant women with CED, one of the efforts that can be done is to provide nutrition companion consisting of health cadres. The purpose of this study was to analyze the effect of nutritional assistance on changes in the behavior of fulfilling nutrition in pregnant women with chronic energy deficiency . This research is an experimental quasy. in the working area of the Lebak Wangi Health Center in May 2023. The study sample consisted of 32 pregnant women who met the inclusion criteria. The research instrument is a behavioral questionnaire. Difference analysis was performed with the Mann Whitney test. The results of the Mann-Whitney test where the pair before mentoring and after mentoring obtained a Sig.2-tailed value of $0.003 < 0.05$, it can be concluded that there is a difference in the average behavior score before and after mentoring which is considered statistically significant.

Keywords: chronic energy deficiency; nutrition companion; pregnant mother

PENDAHULUAN

Kekurangan Energi Kronis (KEK) merupakan keadaan dimana seorang ibu mengalami keadaan kekurangan energi dan protein yang berlangsung secara menahun (kronis) sehingga mengakibatkan terjadinya gangguan kesehatan pada ibu yang ditandai dengan LILA kurang dari 23,5 cm dan tampak kurus berisiko melahirkan anak Intra Uterine Growth Retardation (IUGR), Berat Badan Lahir Rendah (BBLR) dan stunting (Hevriani, 2021). Ibu hamil yang KEK mengakibatkan ibu tersebut melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah, stunting, persalinan yang sulit dan abortus. Dampak dari KEK juga mempengaruhi kondisi bayi yaitu anemia pada bayi baru lahir, terhambatnya pertumbuhan otak janin, dan pendarahan (Sutrio, 2021).

Berbagai upaya yang perlu dilakukan untuk melakukan perbaikan status gizi ibu hamil dengan KEK, salah satu upaya yang dapat dilakukan dan terbukti efektif adalah pemberian pendamping gizi yang terdiri dari kader Kesehatan, pendamping gizi ini akan memberikan edukasi, dukungan dan layanan bagi ibu hamil dan keluarga agar dapat mencegah dan mengatasi masalah gizi kekurangan energi kronik pada ibu hamil (Simbolon, 2019). Pendamping gizi akan dibekali pelatihan dan ilmu yang cukup untuk menunjukkan perhatian, melakukan promosi Kesehatan berupa pesan edukasi, memberi semangat, mengajak, memberikan pemikiran/solusi, menyampaikan layanan/ bantuan, memberikan nasihat, merujuk, menggerakkan dan bekerjasama (Yanti, 2022).

Studi pendahuluan telah dilakukan oleh peneliti melalui wawancara terhadap 5 kader yang telah ditunjuk dan dibekali pelatihan untuk menjadi pendamping gizi ibu hamil KEK. Hasil studi pendahuluan di dapatkan laporan bahwa setelah dilakukan pendampingan intensif terhadap 5 ibu hamil KEK selama 2 minggu terjadi peningkatan berat badan rata-rata 500 gram dan perubahan perilaku atau kebiasaan ibu hamil dalam menyediakan makanan bagi dirinya. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh pendampingan gizi terhadap perubahan perilaku pemenuhan gizi ibu hamil kurang energi kronik (KEK) di wilayah kerja Puskesmas Lebak Wangi Tahun 2023”.

METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian intervensi dengan *quasy eksperimental*. Lokasi yang digunakan penelitian ini adalah di Wilayah kerja Puskesmas Lebak Wangi pada bulan Mei tahun 2023. Pada penelitian ini populasinya menggunakan populasi terbatas yaitu seluruh ibu hamil dengan KEK pada saat penelitian mulai dilakukan. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini, menggunakan *total sampling* sebanyak 32 ibu hamil. Variabel dependen berupa perilaku akan diukur menggunakan kuesioner perilaku yang telah valid dan reliabel lalu diadaptasi dan dimodifikasi (Farhan, 2014). Analisa bivariat yang digunakan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara dua variabel (variabel independen dan dependen) yaitu dengan *Mann-Whitney T test*.

HASIL

Analisis Univariat

Berdasarkan analisis univariat yaitu karakteristik responden dalam penelitian ini mayoritas ibu hamil terbanyak pada usia produktif yaitu 20-35 Tahun sejumlah 19 orang atau setara dengan 59.4%, telah menyelesaikan Pendidikan sekolah menengah atas (SMA) sebanyak 13 responden atau 40.6% dan sekolah menengah pertama (SMP) sebanyak 11 responden atau 34.4% dan bekerja sebagai ibu rumah tangga yaitu dengan total 20 responden atau setara dengan 62.5%.

Tabel 1.
Distribusi frekuensi karakteristik responden

Karakteristik	f	%
Usia Responden		
< 20 Tahun	11	34.4
20 – 35 Tahun	19	59.4
> 35 Tahun	2	6.2
Pendidikan		
Tamat SD	6	18.8
Tamat SMP	11	34.4
Tamat SMA	13	40.6
Perguruan Tinggi	2	6.3
Pekerjaan		
Ibu rumah tangga	20	62.5
Pedagang/ wiraswasta	5	15.6
PNS	4	12.5
Buruh	3	9.4

Analisis Bivariat

Tabel 2.
Hasil Uji Normalitas

Hasil	Kolmogrov-Smirnova			Shapiro - Wilk		
	Statistic	df	Sig	Statistic	df	Sig
Sebelum pendampingan	,134	32	,115	,947	32	,115
Sesudah pendampingan	,166	32	,026	,930	32	,039

Pada penelitian ini dilakukan Uji normalitas dan hasilnya pada nilai Sig sebesar 0,026 pada nilai Pretest yang artinya data tersebut tidak berdistribusi normal karena nilai Sig < 0,05 dan pada Posttest nilai Sig sebesar 0,039 yang artinya data tersebut juga tidak berdistribusi normal karena nilai Sig < 0,05, berhubung nilai dari kedua Variabel diatas tidak berdistribusi normal maka langkah selanjutnya yaitu *Mann Whitney U-Test*.

Tabel 3.
Efektivitas Sebelum dan Sesudah program pendampingan gizi terhadap perilaku pemenuhan gizi ibu hamil

Skor kuesioner perilaku	Mean	N	Std. Deviation	p-value	95% Confident Interval	
					Batas bawah	Batas atas
Sebelum pendampingan	10.06	32	3,10	0.003		
Setelah pendampingan	12.28	32	2.75		11.29	13.27

Tabel 3 memperlihatkan hasil uji *Mann-Whitney* dimana pada pair sebelum pendampingan dan setelah pendampingan diperoleh nilai Sig.2-tailed sebesar 0,003 < 0,05, maka dapat disimpulkan ada perbedaan rata – rata skor perilaku pada sebelum dan sesudah pendampingan yang dinilai bermakna secara statistik. Berdasarkan hasil table diatas dapat disimpulkan bahwa program pendampingan gizi terhadap peningkatan perilaku pemenuhan gizi dinilai sangat efektif.

PEMBAHASAN

Hasil uji *Mann-Whitney* dimana pada pair sebelum pendampingan dan setelah pendampingan diperoleh nilai Sig.2-tailed sebesar $0,003 < 0,05$, maka dapat disimpulkan ada perbedaan rata – rata skor perilaku pada sebelum dan sesudah pendampingan yang dinilai bermakna secara statistik. Berdasarkan hasil table diatas dapat disimpulkan bahwa program pendampingan gizi terhadap peningkatan perilaku pemenuhan gizi dinilai sangat efektif. Pada penelitian ini perubahan perilaku di dukung oleh antusias masyarakat dalam menerima kedatangan tim pendamping gizi. Masyarakat merasa diperhatikan dan diberikan perlakuan khusus, tambahan informasi juga membuat masyarakat lebih yakin dan percaya diri dalam menunjukkan hasil. Masyarakat ingin menunjukkan kepada perugas pendamping gizi bahwa mereka mengerti dan menerapkan informasi dan pelatihan yang disampaikan. Hasil ini sejalan dengan penelitian (Simbolon, 2022) yang melaporkan bahwa pengaruh pendampingan gizi akan secara signifikan meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku seorang ibu dalam pemenuhan gizi dirinya, anak, dan keluarganya pvalue $0.005 < 0.05$. perubahan perilaku kesehatan dipengaruhi oleh faktor-faktor individu maupun faktor lingkungan. Ketersediaan fasilitas, sikap dan perilaku para petugas kesehatan serta kehadiran kader kesehatan sebagai bagian dari masyarakat mendukung dan memperkuat terbentuknya perilaku kesehatan baru yang lebih baik.

Perubahan perilaku juga di dukung oleh Pendidikan responden yang terbilang cukup untuk dapat menyerap dan memahami informasi. Tingkat pendidikan seseorang akan mempengaruhi pemilihan bahan makanan dan pemenuhan kebutuhan gizi (Taufiqurrahman, 2015). Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang. Pendidikan yang kurang menghambat perkembangan seseorang terhadap nilai-nilai yang baru dikenal (Nurvembrianti, 2021). Pemberian pendampingan dan Pendidikan Kesehatan sangat diperlukan karena berdasarkan teori *Ebbinghaus* dan *Boreas* manusia itu makin lama makin berkurang ingatannya dan sangat rentan mengalami kelupaan. Fenomena ini menunjukkan bahwa proses penyuluhan atau pendampingan gizi dan kesehatan harus disertai dengan pendampingan sebagai penguatan dan penanaman kebiasaan. Melalui kegiatan pendampingan gizi oleh kader diharapkan ibu hamil didukung oleh keluarga agar dapat mencegah dan mengatasi masalah gizi. Pendampingan dilakukan dengan cara memberikan perhatian, menyampaikan pesan, menyemangati, mengajak, memberikan pemikiran/solusi, menyampaikan layanan/bantuan, memberikan nasihat, merujuk, menggerakkan dan bekerjasama (Kosasih, 2018). Kegiatan tersebut bertujuan untuk menekan angka gizi kurang dan gizi buruk, melalui upaya pemberdayaan keluarga dan masyarakat, khususnya keluarga yang memiliki masalah gizi pada ibu dan anak (Iskandar, 2022).

Efektivitas program pendampingan gizi juga sejalan dengan hasil pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh (Purwanti, 2022) yang melaporkan bahwa peningkatan pengetahuan dan sikap ibu hamil terkait gizi dan kesehatan sebagian besar termasuk kategori baik. Sebagian besar (85,2%) ibu hamil telah melakukan pemeriksaan kehamilan di bidan/dokter minimal 4 kali selama hamil. Sebanyak 88,9% ibu hamil telah mengkonsumsi tablet tambah darah secara rutin dan 85,2% ibu mengkonsumsi makanan sesuai prinsip gizi seimbang setiap hari.

SIMPULAN

Dari 32 responden yang diberikan pendampingan gizi didapatkan hasil rata -rata skor atau jawaban benar dari pertanyaan terkait perilaku pemenuhan gizi yang baik telah meningkat. Sebelum pendampingan rata-rata skor perilaku yaitu 10.06 dan rata – rata skor benar dari kuesioner perilaku sesudah pendampingan yaitu 12.28 dengan perbedaan rata – rata skor

sebelum dan sesudah pendampingan gizi sebesar 2.20 point. Hasil uji *Mann-Whitney* dimana pada pair sebelum pendampingan dan setelah pendampingan diperoleh nilai Sig.2-tailed sebesar $0,003 < 0,05$ sehingga program pendampingan gizi efektif dalam meningkatkan perilaku ibu hamil KEK dalam upaya pemenuhan gizi seimbang.

DAFTAR PUSTAKA

- Farhan, M. (2014). Hubungan pengetahuan ibu rumah tangga tentang gizi seimbang dengan perilaku pemenuhan gizi pada BALITA usia 3-5 Tahun di desa Banjarsari Kecamatan Ciawi Kabupaten Bogor. *repository UIN Jakarta*.
- Hevrialni, R. &. (2021). Intervensi Pendampingan Kurang Energi Kronik (KEK) Pada Ibu Hamil Dengan Pendekatan Continuity Of Midwifery Care (COMC) Sebagai Upaya Pencegahan Stunting. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung*, 13(2), 310-318. <https://doi.org/10.34011/juriskesbdg.v13i2.1880>.
- Simbolon, D. R. (2019). Pengaruh Pendampingan Gizi terhadap Perubahan Perilaku Pemenuhan Gizi Ibu Hamil Kurang Energi Kronik (KEK). *Jurnal Kesehatan*, 10(2), 269-275. DOI: <http://dx.doi.org/10.26630/jk.v10i2.1366>.
- Sutrio, S. M. (2021). Pelatihan Kader Pendamping Gizi bagi Ibu Hamil KEK dan Anemia dengan Model Paket Pendampingan Gizi Pelatihan Kader Pendamping Gizi bagi Ibu Hamil KEK dan Anemia dengan Model Paket Pendampingan Gizi. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 2(1), 17-23. <https://doi.org/10.24042/almuawanah.v2i1.8900>.
- Yanti, A. D. (2022). Perbedaan Tingkat Pengetahuan Gizi, Tingkat Konsumsi Energi dan Protein antara Pendampingan Berbasis Whatsapp dengan Media E-booklet dan E-leaflet pada Ibu Hamil Kurang Energi Kronis (KEK) di Wilayah Kerja Puskesmas Arjowinangun Kota Malang. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 5(11), 1363-1371. DOI: <https://doi.org/10.56338/mppki.v5i11.2737>.
- Simbolon, D. S. (2022). Pendampingan Gizi Spesifik dan Perilaku Ibu dalam Pola Asuh Anak Stunting Usia 6-24 Bulan. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 17(1), 13-24.
- Nurvembrianti, I. P. (2021). Pendampingan ibu hamil dalam upaya peningkatan status gizi. *Jurnal Inovasi & Terapan Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 50-55.
- Taufiqurrahman, M. H. (2015). Pengaruh Pendampingan pada Ibu Menyusui Terhadap Pengetahuan, Sikap dan Tindakan dalam Pemberian ASI Eksklusif dan Status Gizi Balita. *Jurnal Penelitian Gizikes*, 1 (1): 44-53. ISSN : 2407 - 8743.
- Kosasih, C. E. (2018). Upaya Peningkatan Gizi Balita Melalui Pelatihan Kader Kesehatan di Desa Cilumba dan Gunungsari Kabupaten Tasikmalaya. *Media Karya Kesehatan*, 1(1).
- Iskandar, I. R. (2022). Perbaikan gizi pada ibu hamil kekurangan energi kronis (KEK) melalui pendampingan pemberian makanan tambahan di wilayah kerja Puskesmas Lampisang Aceh Besar. *Jurnal PADE: Pengabdian & Edukasi*, 4(1), 34-39.
- Purwanti, R. M. (2022). Pendampingan Ibu Hamil Kekurangan Energi Kronik untuk Penurunan Angka Stunting pada Masa Pandemi Covid-19 di Kota Semarang. *Wikrama Parahita: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 6(1), 81-88.

