

Cegah Stunting dengan Pemantauan Kenaikan Berat Badan dan Pencegahan Kekurangan Energi Kronik (KEK) pada Ibu Hamil

Nunung Erviany

Universitas Mega Buana Palopo

nunungmegabuana@gmail.com

**corresponding author*

Abstrak

Kekurangan energi kronik merupakan kondisi yang disebabkan karena adanya ketidakseimbangan asupan gizi antara energi dan protein, sehingga zat gizi yang dibutuhkan tubuh tidak tercukupi. Tujuan pengabdian masyarakat agar ibu-ibu termotivasi dalam menjaga kenaikan berat badan dan pencegahan kekurangan energi kronik (kek) lebih dini di Desa Tottong Tahun 2023. Metode pelaksanaannya dibagi menjadi tiga tahap. Pertama menyiapkan kegiatan dilokasi penyuluhan dan tahap kedua menyiapkan ibu hamil dengan bekerja sama dengan pihak puskesmas, pemerintahan desa dan ibu kader. Kegiatan ini dihadiri 10 ibu hamil yang bermasalah dengan nilai pretes 52,6% dan nilai post tes 84,2%. Ibu hamil ini memiliki tingkat pengetahuan yang kurang terkait kenaikan berat badan selama hamil. Hasil kegiatan ini disimpulkan bahwa tingkat kematangan umur dan kekuatan seseorang yang dianggap cukup akan lebih matang dalam berfikir, sedangkan jika umur responden masih muda maka tingkat kematangan berpikirnya juga kurang. Berdasarkan pendidikan terakhir sebagian besar yaitu 64,1% responden dengan pendidikan SMP dan tidak ada yang tamat perguruan tinggi. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang menyatakan bahwa ibu hamil yang baik Sebagian besar dengan Pendidikan Sarjana, dengan demikian rendahnya tingkat pendidikan dapat menyebabkan rendahnya pengetahuan dan keterbatasan dalam mendapatkan informasi mengenai cara mencegah stunting pada ibu hamil.

Kata kunci: kenaikan berat badan; hamil; kekurangan energi kronik

PENDAHULUAN

Berdasarkan data *Institute Of Medicine* (IOM) tahun 2009 mengeluarkan revisi rekomendasi peningkatan berat badan dalam kehamilan berdasarkan indeks massa tubuh (IMT). Intervensi dapat dilakukan untuk memastikan peningkatan berat badan sesuai dengan rekomendasi, dapat melalui konseling dan edukasi mengenai peningkatan berat badan, konsumsi makanan sehat dan aktivitas fisik, dan pemantauan peningkatan berat badan maupun tanpa umpan balik. Antenatal care atau ANC adalah pelayanan kesehatan yang diberikan oleh tenaga kesehatan untuk ibu selama kehamilannya dan dilaksanakan sesuai dengan standar pelayanan yang ditetapkan dalam standar pelayanan kebidanan (Suardi et al., 2023)

Buku kesehatan ibu dan anak (KIA) yang dikeluarkan oleh Kementerian Kesehatan tahun 2016 memberikan rekomendasi untuk peningkatan berat badan minimal 1 kg perbulan setelah bulan ke 4. Dapat dilihat bahwa belum ada rekomendasi peningkatan berat badan yang lebih spesifik hingga buku ANC tahun 2020 dikeluarkan sehingga pelayanan ANC belum fokus memantau pertambahan Antenatal. Masalah kesehatan ibu dan bayi merupakan salah satu masalah yang dapat perhatian khusus terkait peningkatan kualitas hidup manusia di dunia (Nurfatimah et al., 2021).



Masalah kesehatan ibu dan bayi ada banyak faktor yang mempengaruhi dan saling berhubungan satu sama lain. Salah satunya adalah kasus kurang energi kronik (KEK) yang masih merupakan masalah kesehatan di Indonesia. Kekurangan energi kronik merupakan kondisi yang disebabkan karena adanya ketidakseimbangan asupan gizi antara energi dan protein, sehingga zat gizi yang dibutuhkan tubuh tidak tercukupi (Mayangsari, 2022).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Kabupaten Soppeng khususnya pada wilayah Desa Tottong. Desa tottong salah satu daerah di Kecamatan Donri-donri Kabupaten Soppeng, Desa Tottong terdapat dua dusun yakni dusun Turungeng Lappae dan dusun Balubue. Dusun Turungeng Lappae terdiri dari 3 RW dan 8 RT. Didasarkan pada hasil survey awal yang dilakukan oleh tim pengabdian masyarakat, di dapat jumlah kepala keluarga yaitu 476 dan jumlah penduduk sebesar 1.397. Dari data yang didapat terdapat 10 ibu hamil di dusun Turungeng Lappae, dari data tersebut hanya 10% ibu hamil yang bermasalah. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan bahwa hal ini disebabkan karena kurangnya pengetahuan ibu terkait penyulit ibu hamil. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan bahwa mayoritas 10 responden (52,6%) memiliki pengetahuan kurang pada kelompok pendidikan rendah sedangkan 16 responden (84,2%) tingkat pengetahuan dengan kategori baik pada kelompok Pendidikan tinggi (Salamung et al., 2019).

Oleh karena itu dipandang perlu bagi Tim Pengabdian Dosen Universitas Mega Buana Palopo untuk melakukan pengabdian kepada masyarakat dengan judul “Penyuluhan Cegah Stunting dengan Pemantauan Kenaikan Berat Badan dan Pencegahan Kekurangan Energi Kronik (KEK) pada ibu hamil” di Dusun Turungeng Lappae, Daerah Puskesmas Leworeng. Upaya penyuluhan ini bertujuan memberikan pengetahuan kepada ibu hamil tentang pengertian kenaikan berat badan ibu hamil dan KEK, penyebab berat badan berlebih serta penyebab KEK, penjelasan pertambahan berat badan ibu hamil, pencegahan serta penanganan KEK, dampak pertambahan berat badan berlebih dan dampak KEK (Alvionita et al., 2023).

Solusi dari penyuluhan yang diberikan diharapkan dapat mengatasi pertambahan berat badan ibu hamil dan kekurangan energi kronik (KEK) dan memberikan rangkaian pesan untuk ibu hamil yang bertujuan mempengaruhi ibu untuk menjaga berat badannya dan mengkonsumsi makanan gizi seimbang. Adapun target luaran yang akan dicapai yaitu adanya peningkatan pengetahuan ibu hamil mengenai pertambahan berat badan selama hamil dan peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang kekurangan energi kronik (KEK).

METODE

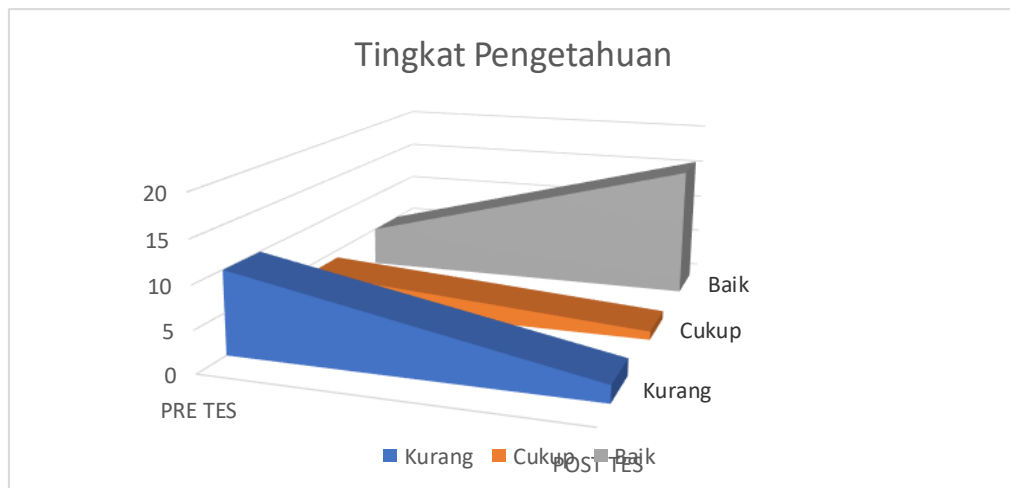
Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan pada tanggal 10 Februari 2023 dengan tempat atau lokasi pengabdian di Dusun Turungeng Lappa'e Kecamatan Donri-Donri Kabupaten Soppeng. Sasaran umum pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah masyarakat di wilayah kerja UPTD Puskesmas Leworeng, sementara sasaran khusus adalah semua ibu hamil yang ada di Dusun Turungeng Lappa'e. Metode pelaksanaan menggunakan metode penyuluhan dengan media Power Point. Sebelum penyuluhan dimulai dilakukan pre tes dan setelah selesai dilakukan post tes.

Pelaksanaan pre tes terkait penyuluhan tentang cara mencegah stunting pada ibu hamil dengan memperhatikan kenaikan berat badan dan mencegah terjadi kekurangan energi kronik

pada ibu hamil. Bagian akhir pelaksanaan kegiatan dilakukan post tes berisi kuesioner dengan pertanyaan yang sama pada pre tes untuk mengukur pengetahuan responden setelah dilakukan penyuluhan atau pendidikan Kesehatan.

Upaya pemecahan masalah yaitu dilakukan dengan diskusi dan tanya jawab. Pemateri/ pelaksana penyuluhan menyampaikan masalah atau topik pembahasan tentang pertambahan berat badan pada ibu hamil dan pencegahan serta penanganan kekurangan energi kronik (KEK). Pemateri menjelaskan kembali materi yang belum dipahami apa bila ada yang perlu dimengerti oleh peserta. Penilaian untuk mengukur dan melibatkan keberhasilan dilakukan dengan memberikan pertanyaan untuk menguji pemahaman peserta terkait materi yang telah disampaikan. Penyuluhan dilakukan di Dusun Turungeng Lappa'e tepatnya di aula kantor desa tottong, Pelaksanaan kegiatan ini diikuti oleh 19 peserta ibu hamil, kader Posyandu, Kepala Desa, Kepala Puskesmas dan Bidan Desa Tottong.

HASIL DAN PEMBAHASAN



Gambar 1. Hasil Pre dan Post Tes Peserta

Berdasarkan hasil pengabdian bahwa hasil pre tes sebagian besar pengetahuan ibu hamil terkait kenaikan berat badan dan pencegahan kekurangan energi kronik selama hamil sebanyak 10 responden (52,6%) memiliki pengetahuan kurang. Namun setelah diberikan penyuluhan kesehatan tersebut pengetahuan ibu meningkat menjadi sebagian besar responden yaitu 16 responden (84,2%) tingkat pengetahuan dengan kategori baik. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan di Bondowoso bahwa terdapat perbedaan nilai pengetahuan ibu hamil yang diberikan penyuluhan dan tidak diberikan penyuluhan. Peningkatan nilai pengetahuan ibu lebih baik pada kelompok ibu dengan pendidikan menengah dan usia dewasa (Salamung et al., 2019).

Ditemukan faktor penyebab dari pengetahuan responden yang kurang pada saat pre tes yaitu dipengaruhi oleh umur dan tingkat pendidikan responden. Sebagian besar yaitu 52,6% responden berumur kurang dari 20 tahun. Tingkat kematangan umur dan kekuatan seseorang yang dianggap cukup akan lebih matang dalam berfikir, begitupula sebaliknya, jika umur responden masih muda maka tingkat kematangan berpikirnya juga kurang.

Berdasarkan pendidikan terakhir sebagian besar yaitu 64,1% responden dengan pendidikan SMP dan tidak ada yang tamat perguruan tinggi. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang menyatakan bahwa ibu hamil yang baik Sebagian besar dengan Pendidikan Sarjana, dengan demikian rendahnya tingkat pendidikan dapat menyebabkan rendahnya pengetahuan dan keterbatasan dalam mendapatkan informasi mengenai cara mencegah stunting pada ibu hamil.



Gambar 2. Sambutan Kepala Desa Tottong

Hasil yang telah didapatkan dari kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini adalah mengukur pengetahuan awal responden tentang cara mencegah stunting pada ibu hamil yang dalam kuesioner tersebut terdapat pertanyaan tentang pengertian stunting, pengertian kenaikan berat badan, pengertian kekurangan energi kronik, cara menjaga kenaikan berat badan, dan cara mencegah terjadi kekurangan energi kronik, dan terkait dengan hasil karya ilmiah sebelumnya bahwa bahwa mayoritas 10 responden (52,6%) memiliki pengetahuan kurang pada kelompok pendidikan rendah sedangkan 16 responden (84,2%) tingkat pengetahuan dengan kategori baik pada kelompok Pendidikan tinggi.

Saat pelaksanaan kegiatan berlangsung yang kurang lebih 3 jam didapatkan respon peserta yang cukup aktif dalam mengikuti penyuluhan tersebut, yang dinilai dari antusias peserta mendengarkan materi dan sebelum penyuluhan dilakukan foto bersama dengan seluruh peserta dan tamu undangan.



Gambar 3. Foto Bersama

SIMPULAN

Kesimpulan dari kegiatan pengabdian Masyarakat dengan judul “Cegah Stunting dengan Pemantauan Kenaikan Berat Badan dan Pencegahan Kekurangan Energi Kronik (kek) pada Ibu Hamil” yang dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Leworeng Desa Tottong Kabupaten Soppeng berjalan lancar. Setelah dilakukan penyuluhan kesehatan didapatkan hasil peningkatan pengetahuan peserta yang sebelumnya memiliki tingkat pengetahuan Sebagian besar kurang dengan presentase 52,6%, setelah dilakukan penyuluhan kesehatan tingkat pengetahuan peserta sebagian besar baik dengan persentase 84,2%.

Adapun saran dari kegiatan pengabdian ini adalah diharapkan adanya upaya dalam rangka memberikan edukasi kesehatan kepada masyarakat, terkhusus permasalahan penyebaran informasi tentang gizi pada ibu hamil dan sebelum hamil dan masalah kesehatan masyarakat lainnya dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat pada umumnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Alvionita, V., Khair, U., Erviany, N. (2023). Penyuluhan dan Pemeriksaan Kesehatan Dalam Rangka Dies Natalis Akademi Kebidanan Menara Primadani XV Sebagai Upaya Mencegah dan Menekan Kejadian. <http://journal.ahmareduc.or.id/index.php/AMJPM/article/view/156>
- Mayangsari, M. D. (2022). Pengaruh Edukasi Pada Ibu Hamil dalam Upaya Pencegahan Stunting. *JMH: Jurnal Medika Hutama*, 03(02), 2186–2192.
- Nurfatimah, N., Anakoda, P., Ramadhan, K., Entoh, C., Sitorus, S. B. M., & Longgupa, L. W. (2021). Perilaku Pencegahan Stunting pada Ibu Hamil. *Poltekita : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 15(2), 97–104. <https://doi.org/10.33860/jik.v15i2.475>
- Salamung, N., Haryanto, J., & Sustini, F. (2019). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Pencegahan Stunting pada Saat Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Kabupaten Bondowoso. *Jurnal Penelitian Kesehatan “SUARA FORIKES” (Journal of Health Research “Forikes Voice”)*, 10(4), 264. <https://doi.org/10.33846/sf10404>
- Suardi, A., Rini, P., Alvionita, V., Wahyuni, S., Erviany, N. (2023). *Mengenal Gizi Dalam Kesehatan*. Reproduksi. [books.google.com. https://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=7cilEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA1&dq=%22nunung+erviany%22&ots=evjWXRZ5zC&sig=t-pN5Rgs5TEOrCgO3gdiz1BNaWM](https://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=7cilEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA1&dq=%22nunung+erviany%22&ots=evjWXRZ5zC&sig=t-pN5Rgs5TEOrCgO3gdiz1BNaWM)