

Rekomendasi Pemenuhan Gizi Ibu Hamil dengan Kekurangan Energi Kronik dan Penyuluhan Pemberian Asi Eksklusif Jember

Rita Sri Kurniawati

Universitas Islam Jember, Indonesia

Email: ritasri.1207@gmail.com

Dewi Rakhmawati

Universitas Islam Jember, Indonesia

Email: dewirakhmawati2310@gmail.com

Khoirul Anam

Universitas Islam Jember, Indonesia

Email: cunam.212@gmail.com

Abstract : *One of the problems contributing to 40% of maternal deaths in developing countries is Chronic Energy Deficiency (CED). Mothers who are at risk of CED will cause several problems for both the mother and fetus. The result of Riskesdas (2018) shows that the prevalence of CED in Indonesia is 17.3%, apart from nutritional problems and nutritional disorders that often occur in pregnant women, nutritional fulfillment for babies is crucial. According to the Ministry of Health in 2019, 65% of babies did not receive exclusive breast milk during the first 6 months of birth. This number is still far from the target of exclusive breastfeeding coverage in 2019 set by WHO and the Ministry of Health, namely 50%. This community service was carried out in March 2024 in Rambigundam Village, Rambipuji, Jember. This service was carried out because there were 3 pregnant women with CED and the low fulfilling rates for exclusive breastfeeding for babies in Rambigundam Village. The methods used in this community service are providing counseling and providing additional food to pregnant women and mothers with babies, as well as conducting evaluations. The evaluation results showed that there was an increase in body weight in the three pregnant women with Chronic Energy Deficiency and the evaluation of exclusive breastfeeding monitoring showed that the frequency of breastfeeding increased and the usages of formula milks were decreased.*

Keywords: *Chronic Energy Deficiency (CED); Exclusive breastfeeding*

PENDAHULUAN

Salah satu penyumbang 40% kematian ibu dinegara berkembang permasalahan adalah Kurang Energi Kronik (KEK). Kehamilan dengan resiko KEK akan mengakibatkan terjadinya beberapa permasalahan untuk ibu maupun janin. Prevalensi gizi buruk di dunia masih menjadi perhatian dan diperlukan tindakan untuk menguranginya. Melalui Tujuan Pembangunan Berkelanjutan, pemerintah di seluruh dunia berupaya menghilangkan malnutrisi di segala usia. Permasalahan gizi buruk dapat terjadi pada beberapa populasi, termasuk pada populasi wanita usia subur (BPS, 2018). Prevalensi KEK di Indonesia 17,3% (Riskesdas, 2018). Hasil penelitian Rusmiati, Rata (2023) menyatakan bahwa dari 93 ibu yang mmenderita Kehamilan Energi Kronik, 4 ibu (3.1%) melahirkan bayi BBLR.

ASI eksklusif adalah pemberian ASI kepada bayi berusia antara 0 sampai 6 bulan tanpa makanan atau minuman tambahan lainnya (Riskesdas, 2018). Pemberian ASI eksklusif artinya bayi hanya menerima ASI tanpa menggunakan cairan tambahan seperti susu formula, jeruk, madu, air teh, air putih, dan lain-lain, serta tanpa bubur nasi atau tim (Roesli U, 2018). Menurut Kemenkes (2019) 65% bayi yang tidak mendapat ASI eksklusif dalam 6 bulan pertama kehidupannya. Angka tersebut masih jauh dari target cakupan ASI eksklusif sebesar 50% yang ditetapkan WHO dan Kementerian Kesehatan pada tahun 2019.

Hasil Penelitian Sampe, Sr. Anita (2020), mereka menemukan bahwa 66 (91,7%) bayi yang tidak mendapat ASI eksklusif mengalami stunting. Pengabdian masyarakat ini dilakukan bulan Maret 2024. Data yang dijadikan sebagai data awal dalam kegiatan ini adalah data ibu hamil dengan KEK dan data bayi yang tidak diberikan ASI eksklusif. Setelah dilakukan diskusi dengan tenaga kesehatan wilayah Desa Rambigundam serta pihak Desa, berdasarkan temuan masalah awal, maka intervensi yang dilakukan adalah penyuluhan pada ibu hamil dg KEK ,bayi yang tidak diberikan ASI Eksklusif dan untuk ubu hamil diberikn PMT.

METODE

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian ini adalah melakukan penyuluhan pada ibu hamil yang menderita KEK dan ibu yang memiliki bayi. Setelah dilakuakan penyuluhan, dilakukan evaluasi setiap minggu selama dua minggu.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat pada bulan Maret 2024 di Dusun Dukuhusia Desa Rambigundam Kecamatan Rambipuji dan dilakukan evaluasi setiap minggu selama dua minggu didapatkan tiga ibu hamil yang mengalami Kekurangan Energi Kronik mengalami peningkatan berat badan 0,5 kg – 1kg dan tafsiran berat janin bertambah, serta evaluasi hasil pemantauan pada ibu yang tidak menyusui bayinya secara eksklusif yaitu frekuensi pemberian susu formula berkurang hanya diberikan pada saat bayi mau tidur malam, ebelum Implementasi : pemberian susu formula 5x Per hari, sesudah implementasi : pemberian susu formula 2x Per hari.

Pola makan ibu hamil yang seimbang adalah makanan yang mengandung zat energi, zat penyusun dan zat pengatur dalam komposisi yang seimbang dan dalam jumlah yang memenuhi kebutuhan gizi ibu hamil. Pola makan seimbang berasal dari karbohidrat dan lemak sebagai sumber energi, protein sebagai bahan pembangun, serta vitamin dan mineral sebagai zat pengatur. Kebutuhan nutrisi meningkat selama kehamilan, namun tidak semua kebutuhan nutrisi meningkat secara proporsional (Fatimah, 2017).

Pengaruh pola makan terhadap perjalanan kehamilan dapat mempengaruhi status gizi ibu sebelum dan selama hamil. Jika seorang ibu mengalami gizi buruk saat hamil, maka dapat timbul permasalahan baik bagi ibu maupun janinnya, antara lain: 1. Bagi ibu, gizi buruk pada ibu hamil dapat menimbulkan risiko dan komplikasi seperti: Anemia, pendarahan, Berat badan ibu tidak naik secara normal dan terkena infeksi, 2. Saat melahirkan, terjadi peningkatan kejadian persalinan sulit, persalinan lama, persalinan prematur, perdarahan pasca persalinan, dan persalinan bedah. 3. Malnutrisi pada ibu hamil mempengaruhi perkembangan janin yang dapat menyebabkan keguguran, aborsi, lahir mati, kematian neonatal, kelainan bawaan, anemia pada bayi, asfiksia intrapartum (kematian dalam kandungan), dan berat badan lahir rendah (Arisman, 2018).

Hasil implementasi dari pengabdian yang dilakukan yaitu didapatkan 3 ibu hamil menderita Kekurangan Energi Kronik mengalami peningkatan berat badan 0,5 kg – 1kg dan tafsiran berat janin bertambah. Hal ini sesuai dengan penelitian Azra

2016, Fitria 2021, dan Utaminingtyas 2020 yang menemukan adanya dampak positif terhadap pengetahuan gizi ibu sebelum dan sesudah pendidikan gizi (Azria dan Husnah, 2016) (Fitria dan Sudiarti, 2021) (Utaminingtyas dan Royhan Padangsidimpuan , 2020).

ASI eksklusif adalah pemberian ASI kepada bayi berusia antara 0 sampai 6 bulan tanpa makanan atau minuman tambahan lainnya (Riskesdas, 2018). Pemberian ASI eksklusif artinya bayi hanya menerima ASI tanpa menggunakan cairan tambahan seperti susu formula, jeruk, madu, air teh, air putih, dan lain-lain, serta tanpa bubur nasi atau tim (Roesli U, 2018).

Pemberian ASI eksklusif selama enam bulan memiliki banyak manfaat bagi bayi dan ibu. Manfaat bagi bayi di negara berkembang dan maju termasuk perlindungan terhadap infeksi saluran cerna. Menyusui meningkatkan kecerdasan dan kehadiran di sekolah, sehingga menghasilkan pendapatan yang lebih tinggi di masa dewasa (Kementerian Kesehatan RI, 2018).



Gambar 1. Penyuluhan Ibu Hamil KEK dan Bayi ASI Eksklusif

Hasil evaluasi pemantauan pada ibu yang tidak menyusui bayinya secara eksklusif yaitu frekuensi pemberian susu formula berkurang hanya diberikan pada saat bayi mau tidur malam, sebelum Implementasi : pemberian susu formula 5x Per hari, sesudah implementasi : pemberian susu formula 2x Per hari hal ini sejalan dengan. Menurut penelitian Novin Yestiani (2019), rata-rata skor pengetahuan sebelum mendapat nasihat ASI eksklusif adalah 82,2. Rerata skor pengetahuan setelah

konsultasi khusus menyusui adalah 93,1. Terdapat perbedaan rata-rata skor pengetahuan sebelum dan sesudah konsultasi menyusui yaitu 10,9

KESIMPULAN

Melalui kegiatan penyuluhan diharapkan seluruh ibu hamil dapat memenuhi gizi selama kehamilan sesuai anjuran sehingga dapat mencegah terjadinya Kekurangan Energi Kronik pada ibu hamil dan BBLR pada bayi, selain itu diharapkan seluruh ibu menyusui tetap memberikan ASI secara Eksklusif sehingga kualitas kesehatan bayi meningkat.

DAFTAR PUSTAKA

- Arisman, D. (2018). Buku Ajar Ilmu Gizi. Obesitas, Diabetes Mellitus & Dislipidemia. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran. EGC
- Azria, C.R. and Husnah (2016) 'Pengaruh Penyuluhan Gizi Terhadap Pengetahuan dan Perilaku Ibu Tentang Gizi Seimbang Balita Kota Banda Aceh', *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala*, 16(2), pp. 87–92
- Fatimah, N., 2017. Buku Ajar Asuhan Kebidana Kehamilan. Jakarta: Fakultas Kedokteran dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jakarta.
- Fitria, F. and Sudiarti, T. (2021) 'Pengaruh Penyuluhan terhadap Peningkatan Pengetahuan Gizi dan Kesehatan pada Ibu Balita di Mampang, Depok', *Jurnal Gizi Kerja dan Produktivitas*, 2(1), p. 9. Available at: <https://doi.org/10.52742/jgkp.v2i1.10329>
- Kemendes RI. 2018. *Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia 2017 : Kesehatan Reproduksi Remaja*. Badan Kependudukan Dan Keluarga Berencana Nasional, Badan Pusat Statistik, Kementerian Kesehatan. <https://ekoren.bkkbn.go.id/wpcontent/uploads/2018/10/laporansdki-2017-remaja.pdf>
- Kemendagri Kesehatan RI. (2019). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019*. Jakarta. Kementerian Kesehatan RI.

Riskesdas. 2018. *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. Kemenkes RI. <https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/>. Diakses 5 Maret 2024.

Roesli Utami, 2018, *Asi Eksklusif*, Pustaka Bunda: Jakarta.

Rusmiati, Rata¹, Mangki, Adriana², dkk.. *Hubungan Status Kekurangan Energi Kronik (Kek) Ibu Hamil Dengan Kejadian Berat Badan Lahir Rendah (Bblr) Di Puskesmas Sumbang Kabupaten Enrekang*. <https://jurnal.poltekkes-soepraoen.ac.id/> 13-19. Jurnal Kesehatan Hesti Wira Sakti; Volume 11 Nomor 01, April 2023 diakses 01 Maret 2024

Sampe, Sr. Anita, Toban RC, Anung, Monica. (2020). Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Stella Maris Makassar. *Hubungan Pemberian ASI Eksklusif Dengan Kejadian Stunting Pada Balita*. <http://journal.lldikti9.id/CER/index.448-455>. Vol 11, No, 1, Juni 2020

Novin, Yetiani. (2019). *Pengaruh Penyuluhan Pemberian Air Susu Ibu (ASI) Eksklusif Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Ibu*. Jurnal Dunia Kesmas; Volume 9 Nomor 3 Halaman 378-387. <https://core.ac.uk/download/pdf/353678311.pdf>

Utamingtyas, F. and Royhan Padangsidimpuan, A. (2020) *'Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang Pada Balita Di Kelurahan Tingkir Lor, Kota Salatiga*. Medikes (Media Informasi Kesehatan), 7(1), p. 171.