

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gangguan gizi merupakan masalah yang masih menjadi perhatian khusus terutama dinegara berkembang seperti Indonesia. (Ayuningtiar et al., 2019)Gangguan gizi yang masih sering dijumpai pada ibu hamil di Indonesia yaitu KEK. KEK atau kekurangan energi kronis merupakan kondisi dimana ibu hamil menderita kekurangan energi baik zat gizi makro dan mikro yang berlangsung dalam waktu yang lama (kronis) bisa dalam jangka beberapa bulan hingga tahun yang dapat mengakibatkan timbulnya gangguan kesehatan pada ibu hamil dan anak yang dikandungnya. (Faozi et al., 2022).

Indikator KEK pada ibu hamil ini biasanya dapat dilihat dari LiLa (lingkar lengan atas) yang kurang dari 23,5 cm. Ibu hamil dengan status gizi rendah pada selama masa kehamilan mempunyai resiko untuk melahirkan bayi dengan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR), bayi mudah terserang infeksi, keguguran atau abortus, serta terhambatnya pertumbuhan otak janin. Ratnawati Purwitaningtyas dan Intan Azkia Paramitha (2024) menyatakan bahwa dampak lain yang dapat ditimbulkan dari KEK adalah anemia pada ibu hamil, anemia dapat menyebabkan resiko anak menjadi stunting, hal ini dikarenakan kekurangan zat besi pada masa kehamilan dapat menghambat nutrisi dari ibu ke janin melalui plasenta sehingga menyebabkan janin kekurangan zat-zat penting untuk perkembangannya.

Disamping itu KEK juga berpengaruh dalam proses persalinan antara lain resiko persalinan sebelum waktunya (premature), dan kesulitan dalam proses persalinan yang dapat meningkatkan resiko AKI dan AKB.

KEK terjadi akibat adanya faktor langsung maupun tidak langsung yang memengaruhi status gizi ibu hamil (Harna et al., 2023). Faktor langsung yang berkontribusi terhadap KEK adalah asupan zat gizi yang tidak adekuat dan tingkat konsumsi makanan yang tidak sesuai. KEK terjadi ketika terjadi ketidakseimbangan antara asupan energi dan kebutuhan energi tubuh dalam jangka waktu Panjang. (dr Meitria Syahadatina Noor et al., 2021) Jika ibu hamil tidak mendapatkan cukup energi dan protein, tubuh akan menggunakan cadangan lemak sebagai sumber energi, jika hal ini terus berlanjut, tubuh akan menggunakan protein dari otot. Hal ini menyebabkan penurunan massa otot serta melemahnya daya tahan tubuh, yang akhirnya berdampak pada status gizi ibu hamil. Konsumsi makanan yang tidak mencukupi kebutuhan protein juga dapat mengganggu proses metabolisme tubuh, menurunkan kekebalan, serta meningkatkan risiko KEK. Penelitian yang dilakukan oleh menunjukkan bahwa ibu hamil dengan tingkat kecukupan protein yang tidak adekuat memiliki peluang 0,397 kali lebih besar mengalami KEK dibandingkan ibu dengan asupan protein yang cukup.

Selain faktor langsung, faktor tidak langsung juga berperan penting dalam terjadinya KEK. Salah satu faktor tidak langsung adalah tingkat pendidikan dan pengetahuan gizi ibu hamil. Pendidikan yang lebih tinggi

memungkinkan ibu memahami pentingnya gizi yang cukup selama kehamilan, sehingga mereka dapat mengambil keputusan yang lebih baik dalam memilih makanan. Sebaliknya, ibu dengan tingkat pendidikan rendah lebih berisiko mengalami KEK akibat keterbatasan dalam pemahaman tentang pemenuhan gizi yang seimbang (Rika Widianita, 2023)

Selain pendidikan, akses terhadap informasi dan edukasi gizi juga menjadi faktor tidak langsung yang mempengaruhi status gizi ibu hamil. Rendahnya akses terhadap informasi kesehatan menyebabkan ibu kurang memahami pentingnya konsumsi makanan bergizi. Oleh karena itu, edukasi dan penyuluhan gizi menjadi intervensi yang diperlukan untuk meningkatkan kesadaran ibu hamil terhadap pentingnya asupan gizi yang cukup dan seimbang. Faktor-faktor ini saling terkait dan mempengaruhi yang akhirnya dapat meningkatkan resiko KEK pada ibu hamil (Simbolon et al., 2019) Kurangnya pengetahuan tentang gizi mengakibatkan ibu hamil yang tidak memahami pentingnya asupan gizi yang seimbang selama kehamilan, sehingga ibu hamil cenderung mengabaikan konsumsi makanan bergizi yang dibutuhkan untuk mendukung kesehatan perkembangan janin. Akibatnya, kondisi KEK pun menjadi lebih rentan terjadi.

Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2016, wanita hamil penderita KEK memiliki persentase sebesar 73,2% di seluruh dunia. Sedangkan menurut hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) pada tahun 2023 penderita KEK di Indonesia dalam kategori wanita tidak hamil mencapai persentase sebesar 26,67% sedangkan pada Wanita hamil

mencapai persentase sebesar 23,23% (Wanita usia 15-29 tahun). Persentase ibu hamil penderita Kurang KEK di Provinsi Jawa Timur sendiri diketahui mencapai 19,6%, sementara di tingkat nasional, yaitu di seluruh provinsi di Indonesia, persentasenya adalah 16,9%. Hal ini menunjukkan bahwa prevalensi KEK di Jawa Timur lebih tinggi dibandingkan dengan rata-rata nasional. Di Desa Kalisongo, prevalensi KEK juga cukup tinggi hal ini menunjukkan bahwa banyak ibu hamil di desa Kalisongo menghadapi tantangan dalam memenuhi kebutuhan gizi selama masa kehamilan.

Salah satu upaya yang dilakukan oleh pemerintah untuk menanggulangi masalah ini adalah penyuluhan gizi yang dilakukan pada posyandu dan kelas ibu hamil. Program ini bertujuan untuk menanggulangi masalah KEK pada ibu hamil serta tercapainya peningkatan status gizi yang baik pada ibu hamil. (Nursihhah, 2022) Penyuluhan gizi dilakukan untuk memberikan informasi mengenai pentingnya gizi yang selama kehamilan. Ibu hamil diedukasi mengenai KEK agar ibu hamil dapat mengenali tanda-tanda kekurangan energi kronis dan dapat mencegah.

Ibu hamil dalam masa kehamilan harus memenuhi asupan gizi yang memadai agar tidak terjadi kekurangan energi kronis baik zat gizi makro (karbohidrat, protein dan lemak) maupun zat gizi mikro terutama vitamin A, vitamin D, asam folat, zat besi, seng, kalsium dan iodium serta zat gizi mikro lain

B. Rumusan Masalah

Mengetahui pengaruh penyuluhan gizi terhadap tingkat pengetahuan ibu hamil mengenai upaya pencegahan Kekurangan Energi Kronis (KEK).

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh penyuluhan gizi terhadap tingkat pengetahuan ibu hamil yang mengalami KEK di Desa Kalisongo.

2. Tujuan Khusus

- 1) Melakukan penyuluhan mengenai KEK kepada ibu hamil di wilayah Desa Kalisongo
- 2) Mengetahui perbedaan tingkat pengetahuan ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan.
- 3) Menganalisis tingkat pengetahuan ibu hamil KEK sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan.

D. Manfaat Penelitian

1. Penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai perbedaan tingkat pengetahuan ibu hamil sebelum dan sesudah mendapatkan penyuluhan mengenai Kekurangan Energi Kronis (KEK) di Desa Kalisongo.

2. Meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya gizi yang dapat menanggulangi kejadian KEK di Desa Kalisongo.
3. Hasil penelitian ini dapat dijadikan masukan dan pengalaman baru dalam program penyuluhan ibu hamil sebagai upaya preventif terhadap KEK