



## HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG GIZI DENGAN KEJADIAN KURANG ENERGI KRONIK PADA KEHAMILAN

Nailatun Nadrah<sup>1\*</sup>, Rika Handayani<sup>2</sup>, Fatwiany<sup>3</sup>

<sup>12</sup>Fakultas Ilmu Kesehatan, Intitut Teknologi dan Kesehatan Ika Bina, Rantauprapat

<sup>3</sup> Prodi D III Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sehat Medan, Medan

\*Email korespondensi: [nailatunnadrah@gmail.com](mailto:nailatunnadrah@gmail.com)

### ABSTRACT

*Chronic energy deficiency (CED) is one of the problems of pregnant women, an indirect cause of CED is the mother's knowledge about nutrition. The impact of CED is anemia, prematurity, LBW, and stunting. According to WHO 2021 data, 629 mothers (73.2%) of KEK pregnant women (73.2%) had AKI. in Indonesia as much as 17.3%, in North Sumatra 1,383 pregnant women with KEK, at the research site 15 women with KEK. The aim of the research was to analyze the relationship between maternal knowledge about nutrition and the incidence of KEK in the Simundol health center working area. Quantitative research, Case Control approach. Research in the Simundol health center working area, from August to November 2023. The population was 173 pregnant women, the sample was 30 pregnant women, a 1:1 ratio, namely 15 case groups and 15 control groups. Data collection techniques are interviews using instruments. Data analysis using chi square. The results obtained from 15 KEK respondents were 93.3% with less knowledge than 15 respondents without KEK as many as 66.7% had good knowledge. The statistical test showed a p-value = 0.002, there was a significant relationship between knowledge and the incidence of CED in pregnant women in the Simundol health center working area. The OR shows that respondents with poor knowledge experienced CED 28.0 times compared to those with good knowledge (95% CI 2.821- 277.961). The conclusion is that there is a relationship between knowledge and the incidence of CED in pregnant women. It is necessary to increase mothers' knowledge about pregnancy nutrition.*

**Keywords:** Mother, pregnant, Nutrition,

### ABSTRAK

Kekurangan energi kronis (KEK) merupakan salah satu masalah ibu hamil, penyebab tidak langsung terjadinya KEK adalah pengetahuan ibu tentang nutrisi. Dampak KEK adalah anemia, prematur, BBLR, dan stunting. Data WHO 2021 ibu hamil KEK sebanyak 629 ibu (73,2 %) dari AKI. di Indonesia sebanyak 17,3%, di Sumatera Utara 1.383 ibu hamil KEK, di tempat penelitian 15 orang ibu KEK. Tujuan penelitian menganalisis hubungan pengetahuan ibu tentang nutrisi dengan kejadian Kek di wilayah kerja puskesmas Simundol. Penelitian kuantitatif, pendekatan Case Control. Penelitian di wilayah kerja puskesmas Simundol, dari agustus sampai november 2023. Populasi adalah ibu hamil yaitu 173, sampel berjumlah 30 orang ibu hamil, perbandingan 1:1 yaitu 15 kelompok kasus dan 15 kelompok kontrol. Teknik

pengumpulan data dengan wawancara menggunakan instrumen. Analisa data menggunakan chi square. Diperoleh hasil dari 15 responden KEK sebanyak 93,3% berpengetahuan kurang dari 15 responden tidak KEK sebanyak 66,7% berpengetahuan baik. Uji statistik didapatkan p-value =0,002 ada hubungan bermakna antara pengetahuan dengan kejadian KEK pada ibu hamil di wilayah kerja puskesmas Simundol. OR menunjukkan responden berpengetahuan kurang 28,0 kali mengalami KEK dibandingkan dengan pengetahuan baik (95% CI 2,821- 277,961). Kesimpulan ada hubungan antara pengetahuan dengan kejadian KEK ibu hamil. Perlu meningkatkan pengetahuan ibu tentang gizi kehamilan.

**Kata Kunci:** Ibu, Hamil, Gizi

## **PENDAHULUAN**

Sesuai dengan RPJMN 2021-2024, terdapat 7 agenda Pembangunan Nasional. Pada agenda ke 3 (tiga) Pembangunan Nasional diantaranya meningkatkan sumber daya manusia yang berkualitas dan berdaya saing, maka sektor kesehatan harus fokus untuk meningkatkan pelayanan kesehatan menuju cakupan kesehatan semesta dengan penekanan pada penguatan pelayanan kesehatan dasar (Primary Health Care) dengan mendorong peningkatan upaya promotif dan preventif, dengan inovasi dan pemanfaatan teknologi. Strategi yang digunakan untuk mencapai hal tersebut adalah (1) Peningkatan kesehatan ibu, anak, KB dan kesehatan reproduksi; (2) Percepatan perbaikan gizi masyarakat; (3) Peningkatan pengendalian penyakit; (4) Penguatan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas), (5) Penguatan Sistem Kesehatan Pengawasan Obat dan Makanan. Salah satu sasaran program pembinaan peran serta masyarakat dengan indicator adalah ibu hamil Kurang energi kronis (KEK) (Kemenkes RI, 2019).

KEK merupakan salah satu masalah kesehatan di dunia, terutama di negara-negara berkembang. KEK terjadi Ketika asupan energi, protein, atau bahkan keduanya tidak mencukupi kebutuhan tubuh. KEK mempengaruhi banyak orang wanita usia subur 15-45 tahun. KEK bisa juga mempengaruhi ibu hamil yang memiliki faktor risiko (Triyawati & Yuliani, 2023). Salah satu faktor yang menyebabkan ibu hamil mengalami KEK adalah kurangnya pengetahuan ibu hamil dalam menentukan nutrisi yang baik selama kehamilan. Asupan nutrisi pada ibu hamil sebaiknya harus mengandung energi, protein,

vitamin, mineral, asam folat, zat besi, kalsium dimana hal itu sangat dibutuhkan dalam proses perkembangan janin. Status gizi selama kehamilan sangat berpengaruh terhadap proses kelahiran bayinya nanti. Ibu dengan kurang gizi dapat meningkatkan terjadinya resiko keguguran, kematian perinatal (kematian janin usia gestasi 22 minggu sampai usia 1 minggu pasca lahir) dan neonatal (bayi usia 0-28 hari). Beberapa penelitian yang dilakukan di Negara berkembang bahwa separuh dari penyebab terjadinya Berat Bayi Lahir Rendah (BBLR) adalah status gizi ibu, termasuk tinggi badan ibu, berat badan ibu sebelum kehamilan dan penambahan berat badan selama kehamilannya (Fitri Diningsih et al., 2021).

Biasanya penyebab utama KEK pada ibu hamil dimulai sebelum kehamilan, karena kebutuhan orang hamil lebih tinggi dibandingkan wanita yang tidak hamil. Penyebab KEK dibedakan menjadi penyebab langsung dan tidak langsung. Penyebab langsungnya terdiri dari asupan nutrisi dan infeksi. Tidak langsung Penyebabnya antara lain Pengetahuan, hambatan pemanfaatan zat gizi, status gizi buruk, rendah berat badan, status sosial ekonomi buruk, tingkat pendidikan rendah dan gizi buruk pendidikan, ketersediaan pangan yang tidak memadai, kebersihan yang buruk, jumlah anak-anak kurang mampu. Terlalu banyak, kehamilan dini, pendapatan rendah, perdagangan dan distribusi yang tidak lancar dan tidak merata, pola makan yang buruk, pemberian tablet Fe. Penyebab tidak langsung dari KEK juga dikenal sebagai

penyebab multifactorial. Selain itu, sistem kekebalan tubuh melemah selama kehamilan sehingga meningkat kerentanan terhadap infeksi virus, terutama pada wanita hamil KEK (Mukaddas et al., 2021).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, masalah kekurangan gizi pada wanita usia subur terlihat dengan tingginya angka Kurang Energi Kronik (KEK) yaitu 17,3% pada wanita hamil. Sedangkan di Sumatera utara ada 1.383 ibu hamil yang mengalami KEK (Kemenkes RI, 2019). Status gizi pada wanita usia subur dan ibu hamil menjadi sangat penting mengingat kualitas seorang anak bermula dari kualitas gizi pada 1000 hari pertama kehidupan (sejak seorang ibu hamil hingga seorang anak berusia 2 tahun). Kondisi ibu hamil dengan risiko KEK, berisiko terhadap penurunan kekuatan otot yang membantu proses persalinan sehingga dapat mengakibatkan terjadinya partus lama dan perdarahan pascasalin, bahkan kematian ibu. Risiko pada bayi dapat mengakibatkan terjadinya kematian janin (keguguran), premature, lahir cacat, berat badan lahir rendah (BBLR) bahkan kematian bayi. Ibu hamil dengan risiko KEK dapat mengganggu pertumbuhan dan perkembangan janin, yaitu pertumbuhan fisik (stunting), otak dan metabolisme yang menyebabkan penyakit tidak menular (Fauziah & Febriyanti, 2023).

Faktor penyebab langsung ibu hamil dengan risiko KEK adalah konsumsi gizi yang tidak cukup dan penyakit. Penanggulangan ibu hamil risiko KEK dilaksanakan melalui intervensi gizi spesifik secara lintas program, terutama pada pelaksanaan pelayanan antenatal terpadu. Salah satu intervensi yang dilakukan adalah pemberian makanan tambahan (MT) pada ibu hamil yang terdeteksi berisiko KEK. Upaya pemberian makanan tambahan bagi

ibu hamil risiko KEK merupakan realisasi dari upaya kesehatan dalam bentuk kuratif sekaligus preventif guna meningkatkan status gizi ibu hamil, agar melahirkan anak yang tidak mempunyai masalah gizi (Kemenkes RI, 2019).

Data dari tempat penelitian ditemukan ibu hamil KEK sebanyak 15 orang dari 173 kehamilan, ibu hamil dengan anemia sebanyak 65 orang. Berdasarkan survei awal terhadap 10 orang ibu hamil yang mengalami Kekurangan Energi Kronis (KEK) bahwa seluruhnya memiliki LILA < 23,5 cm. Berdasarkan wawancara singkat peneliti terhadap 10 orang ibu hamil yang mengalami KEK bahwa umurnya 20-35 tahun. Data yang diperoleh dari tempat penelitian wilayah kerja puskesmas Simundol juga ditemukan Ibu hamil juga mempunyai perilaku yang kurang terhadap pemenuhan kebutuhan gizi dikarenakan kurangnya pemahaman ibu tentang pemebuhan isi piringku yang diperlukan selama kehamilan misalnya protein, suplemen Fe dan vitamin yang diberikan oleh petugas kesehatan secara rutin setiap hari. Adapun dampak dari KEK yang ada dilapangan ditemukan 2 orang bayi dengan berat badan lahir rendah, 1 orang batita mengalami gizi buruk, 53 orang balita mengalami gizi kurang serta 135 balita mnegalami stunting. Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Gizi Dengan Kejadian Kurang Energi Kronik (Kek) Pada Kehamilan Di Wilayah Kerja Puskesmas Simundol.

## **METODE PENELITIAN**

Metrode penelitian adalah kuantitatif dengan pendekatan *Case Control*. Penelitian ini bertempat di wilayah kerja puskesmas Simundol, dilaksanakan dari bulan agustus

sampai november 2023 Populasi adalah seluruh ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Simundol yaitu 173 orang, Sampel pada penelitian ini berjumlah 30 orang ibu hamil dengan kriteria inklusi dan eksklusi dengan perbandingan 1:1 yaitu 15 kelompok kasus dan 15 kelompok kontrol. Sehingga jumlah total sampel 30 ibu hamil, dengan teknik pengambilan sampel yaitu *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data dengan melakukan wawancara pada responden

menggunakan instrumen. Pengolahan data dilakukan *editing, coding, tabulating*. Analisa penelitian dilakukan dengan analisa univariat dan bivariat pengolahan data menggunakan *chi square*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis ini dilakukan untuk melihat distribusi frekuensi dapat dilihat pada tabel berikut ini.

**Tabel 1 Distribusi Frekuensi Pengetahuan pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Simundol**

Variabel	Kejadian KEK			
	KEK		Tidak KEK	
	f	%	f	%
Kurang	14	93,3	5	33,3
Baik	1	6,7	10	66,7
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100,0</b>	<b>15</b>	<b>100,0</b>

Tabel 1 diperoleh data responden yang memiliki kejadian KEK lebih banyak pada kelompok pengetahun kurang (93,3%) dari pada yang tidak KEK (3,33%). Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Kekurangan Energi Kronis (KEK) dalam katagori kurang. Hal ini dipengaruhi oleh beberapa factor, seperti ibu tidak mendapatkan informasi secara

efektif, informasi yang didapatkan dari petugas kesehatan kurang di pahami ibu, ketidak samaan presepsi atau pemahaman tentang informasi yang di berikan petugas kesehatan pada saat penyuluhan, pendidikan, pekerjaan dan juga jumlah anak (Angga Arsesiana, 2018).

**Tabel 2 Hubungan Pengetahuan Dengan Kejadian KEK pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Simundol**

Variabel	Kejadian KEK				P Value	OR 95%CI
	KEK		Tidak KEK			
	f	%	f	%		
Kurang	14	93,3	5	33,3	<b>0,002</b>	<b>28,0 (2,821-277,961)</b>
Baik	1	6,7	10	66,7		
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100,0</b>	<b>15</b>	<b>100,0</b>		

Hasil tabel diatas didapatkan bahwa dari 15 responden yang mengalami KEK sebanyak 14 responden (93,3%) memiliki pengetahuan kurang, dari 15 responden yang tidak mengalami KEK sebanyak 10 responden (66,7%) memiliki pengetahuan baik. Hasil uji statistik didapatkan p-value = 0,002 artinya ada hubungan yang bermakna

antara pengetahuan dengan kejadian KEK pada ibu hamil di wilayah kerja puskesmas Simundol.

Hasil penelitian dan hasil uji statistik didapatkan bahwa dari 15 responden yang mengalami KEK sebanyak 14 responden (93,3%) memiliki pengetahuan kurang, dari 15 responden yang tidak mengalami KEK

sebanyak 10 responden (66,7%) memiliki pengetahuan baik, dengan nilai  $p=0,002 < \alpha$  (0.05). Hasil perhitungan OR menunjukkan responden yang memiliki pengetahuan kurang 28,0 kali mengalami kejadian KEK dibandingkan dengan pengetahuan yang baik (95% CI 2,821- 277,961), dari data diatas dapat dilihat bawa masih banyak ibu yang mengalami KEK pada masa kehamilan. Kekurangan Energi Kronik (KEK) ibu hamil merupakan suatu keadaan status gizi ibu hamil yang buruk disebabkan karena kurangnya konsumsi pangan sumber energi yang mengandung zat gizi yang diperlukan oleh tubuh yaitu makronutrien dan mikronutrien. Pengetahuan sangat penting bagi ibu hamil dikarenakan ibu perlu mengetahui makanan apa saja yang seharusnya dikonsumsi dan tidak dikonsumsi, gizi apa saja yang diperlukan untuk janin agar tumbuh dengan baik, jika ibu tidak mempersiapkan pengetahuannya dengan baik maka akan berdampak bagi janin dan ibu hamil nya (oktavia, 2023)

Berdasarkan tingkat pengetahuan pada penelitian ini menunjukkan sebagian besar pengetahuan ibu hamil dalam kategori kurang, hal ini dapat dikaitkan dengan karakteristik pendidikan responden dimana sebagian besar ibu hamil memiliki pendidikan menengah sebanyak 56,7%. Salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah pendidikan formal, sehingga pengetahuan sangat erat kaitannya dengan pendidikan dimana diharapkan adanya seseorang dengan pendidikan tinggi, maka orang tersebut akan semakin luas pula pengetahuannya (Fitri Diningsih et al., 2021)

Pengetahuan merupakan salah satu faktor penyebab tidak langsung terjadinya KEK ibu hamil. Salah satu pengetahuan yang harus diketahui ibu adalah tentang nutrisi, sebagai salah satu upaya agar ibu

mendapatkan cukup nutrisi selama hamil dimana masa kehamilan merupakan periode yang sangat penting bagi pembentukan kualitas sumber daya manusia dimasa yang akan datang, karena tumbuh kembang anak akan sangat ditentukan oleh kondisi pada saat janin dalam kandungan (Fauziah & Febriyanti, 2023). Peran bidan dalam continuity of care dilakukan mulai kehamilan yaitu mendeteksi dini kehamilan resiko, pemberian edukasi dan informasi sesuai dengan usia kehamilan, ketidaknyamanan trimester I, II dan III, untuk meningkatkan pengetahuan, memberikan dukungan, melibatkan suami dan keluarga sebagai motivator dalam pemenuhan gizi seimbang selama kehamilan, sehingga nutrisi selama kehamilan tercukupi, pertumbuhan janin dalam kandungan dapat berjalan dengan baik dan sehat, serta meminimalisir keluhan selama kehamilan (Kulsum & Ayu Wulandari, 2022).

Penelitian yang dilakukan oleh Triyawati dan Yuliana (2023) menyatakan bahwa pengetahuan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap ibu hamil yang mengalami KEK. Sebagian besar responden berpengetahuan dalam kategori baik, artinya ibu hamil yang mempunyai pengetahuan yang baik tentang gizi pada kehamilan kecil kemungkinan ibu mengalami KEK. Pengetahuan merupakan hasil penginderaan manusia atau akibat seseorang mengetahui tentang suatu benda melalui indera. Pengetahuan sangat penting untuk pembentukan perbuatan seseorang yang diterapkan dalam bentuk perilaku (Triyawati & Yuliani, 2023).

Peningkatan gizi makro dan mikronutrien sangat besar pengaruhnya terhadap status gizi ibu dan juga tumbuh kembang janin. zat gizi yang diperlukan

untuk metabolisme tubuh baik pada ibu dan janin dalam kandungan meningkat. Oleh karena itu pada masa kehamilan asupan zat gizi yang diperlukan juga meningkat, untuk pertumbuhan dan perkembangan janin juga penambahan besarnya organ kandungan, per ubahan komposisi dan metabolisme tubuh ibu dan janin. Ibu hamil yang mengalami kekurangan asupan zat gizi dan berstatus gizi buruk maka mempunyai peluang besar untuk melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR).

Asumsi peneliti adalah pentingnya edukasi terhadap ibu hamil tentang nutrisi sangat diperlukan agar ibu dapat mengkonsumsi makanan-makanan yang baik untuk tumbuh kembang janin, bukan hanya makan sekedar untuk kenyang, pengetahuan nutrisi tentang zat gizi pada masing-masing makanan juga sangat diperlukan sehingga ibu dapat memadamakan makanan yang akan disantap ibu dan keluarga. Pengetahuan nutrisi juga akan mempengaruhi ibu dalam mengkonsumsi makanan sehari-hari dan juga berpengaruh pada perilakunya baik ketika distribusi pangan dalam keluarga maupun cara pengolahan bahan makanan.

## SIMPULAN

Hasil penelitian menyatakan bahwa ada hubungan antara pengetahuan ibu tentang gizi dengan kejadian KEK di wilayah kerja puskesmas Simundol ( $p=0,002 < \alpha (0.05)$ ) dengan hasil perhitungan OR menunjukkan responden yang memiliki pengetahuan kurang 28,0 kali mengalami kejadian KEK dibandingkan dengan pengetahuan yang baik (95% CI 2,821- 277,961).

## DAFTAR PUSTAKA

Angga Arsesiana, N. K. D. (2018). Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Kekurangan Energi Kronis

(KEK) Di Puskesmas Pahandut Kota Palangka Raya. *Jurnal Surya Medika*.

Fauziah, N. A., & Febriyanti, H. (2023). Affecting factors the incidence of chronic energy deficiency (CED) in pregnant women. *Jurnal Aisyah : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(S1), 263–268.

<https://doi.org/10.30604/jika.v8is1.1711>

Fitri Diningsih, R., Astuti Wiratmo, P., Lubis, E., Studi Keperawatan, P., Binawan, U., & Binawan Korespondensi, U. (2021). HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG GIZI TERHADAP KEJADIAN KEKURANGAN ENERGI KRONIK (KEK) PADA IBU HAMIL. *Binawan Student Journal*, 3(3).

Kemendes RI. (2019). *LAPORAN KINERJA DIREKTORAT GIZI MASYARAKAT TAHUN 2018*.

Kulsum, U., & Ayu Wulandari, D. (2022). Upaya Menurunkan Kejadian KEK pada Ibu Hamil Melalui Pendidikan Kesehatan. *Jurnal Pengemas Kesehatan*, 01(01), 27–30.

Mukaddas, H., Ode Salma, W., & Made Cristian, I. B. (2021). Factors Related to Chronic Energy Deficiency in Pregnant Mothers in the Konawe District, Indonesia ARTICLE HISTORY. *Journal of Research Development In Nursing and Midwifery*, 18–20. <https://doi.org/10.29252/jgbfm.18.2.18>

Oktavia, D. H. N. (2023). FAKTOR RISIKO KEKURANGAN ENERGI KRONIS (KEK) PADA IBU HAMIL DI PUSKESMAS GUNUNG ANYAR

SURABAYA. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 4(3), 583–591.

Triyawati, L., & Yuliani, E. (2023). Knowledge, education, and information affect chronic energy deficiency among pregnant mothers in the area of Public Health Center Balen, Bojonegoro, Indonesia. *Majalah Obstetri & Ginekologi*, 31(1), 1–10.  
<https://doi.org/10.20473/mog.v31i12023.1-10>