Prosiding Seminar Nasional Masyarakat Tangguh, Vol. 3, No. 1. Februari 2024
ISSN Online : 2828-5360

Penyediaan Media Informasi Kreatif Tentang Kurang Energi Kronis (KEK) Pada Ibu Hamil

Providing Creative Media Information About Chronic Energy Deficiency (CED) *in Pregnant Women*

Amaliya Akhbar[1)*], Dian Widiastuti[2)], Putri Yuliantie[3)], Ika Friscila[4)]

[1), 3), 4)] Fakultas Kesehatan, Universitas Sari Mulia
[2)]Puskesmas Serongga, Kalimantan Selatan
*email: amaliyaakhbar27.app@gmail.com

ABSTRAK

Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada ibu hamil adalah suatu keadaan ibu hamil yang mengalami kekurangan gizi yang berlangsung lama (menahun) dan ditandai dengan ukuran lingkar lengan atas ibu hamil <23,5 cm. Penyebab KEK pada ibu hamil terdiri atas penyebab langsung dan tidak langsung. Faktor penyebab langsung adalah asupan gizi yang kurang dan penyakit infeksi. Persentase ibu hamil dengan KEK di Kalimantan Selatan ada pada angka 13,2%, dan berada di atas rata-rata nasional 8,7%, sehingga perlu tindakan nyata yang lebih intensif dari pemerintah dan masyarakat di Kalimantan Selatan untuk mengurangi jumlah ibu hamil dengan risiko KEK. Metode kegiatan pengabdian dengan mensosialisasikan pembuatan daftar makan mingguan murah dan bergizi untuk mengatasi kurang energi kronis (KEK) ibu hamil. Kesimpulan pada program pengabdian kepada masyarakat ini yaitu pembuatan media informasi yang mengenalkan masyarakat tentang KEK dan LILA. Media informasi yang dibuat adalah poster, yang akan dipasang di Puskemas, Posyandu, atau tempat umum setempat. Pada program ini telah dihasilkan poster tentang KEK dan LiLA, yang dijadikan bahan sosialisasi kepada ibu hamil dan masyarakat.

Kata kunci*: Ibu Hamil, Kekurangan Energi Kronis, Media Informasi*

ABSTRACT

Chronic Energy Deficiency (CED) in pregnant women is a condition of pregnant women who experience malnutrition that lasts for a long time (chronic) and is characterized by the circumference of the pregnant woman's upper arms <23.5 cm. The causes of CED in pregnant women consist of direct and indirect causes. Direct causative factors are inadequate nutritional intake and infectious diseases. The percentage of pregnant women with CED in South Kalimantan is 13.2%, and is above the national average of 8.7%, so more intensive real action is needed from the government and society in South Kalimantan to reduce the number of pregnant women at risk. SEZ. The service activity method involves socializing the creation of a cheap and nutritious weekly meal list to overcome chronic energy deficiency (CED) for pregnant women. The conclusion of this community service program is the creation of information media that introduces the public about CED and LILA. The information media created are posters, which will be installed in Community Health Centers, Posyandu, or local public places. In this program, posters about CED and LiLA have been produced, which have been used as outreach material to pregnant women and the community.

Keywords: *Pregnant Women, Chronic Energy Deficiency, Information Media*

PENDAHULUAN

Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada ibu hamil adalah suatu keadaan ibu hamil yang mengalami kekurangan gizi yang berlangsung lama (menahun) dan ditandai dengan ukuran lingkar lengan atas ibu hamil <23,5 cm [1]. Ibu hamil membutuhkan zat gizi yang lebih banyak dibandingkan saat tidak hamil. Hal ini disebabkan oleh zat-zat gizi yang dikonsumsi digunakan untuk ibu dan janin. Janin tumbuh dengan mengambil zat-zat gizi dari makanan yang dikonsumsi oleh ibu dan dari simpanan zat gizi yang berada dalam tubuh ibu [2].

Dampak KEK pada ibu hamil adalah mempunyai risiko lebih besar untuk melahirkan bayi BBLR, mengalami kematian saat persalinan, perdarahan, pasca persalinan yang sulit karena lemah, dan mudah mengalami gangguan kesehatan. Bayi yang dilahirkan dengan BBLR umumnya kurang mampu meredam tekanan lingkungan yang baru, sehingga dapat berakibat pada terhambatnya pertumbuhan dan perkembangan bahkan mengganggu kelangsungan hidup [3], [4].

Penyebab KEK pada ibu hamil terdiri atas penyebab langsung dan tidak langsung. Faktor penyebab langsung adalah asupan gizi yang kurang dan penyakit infeksi [5], [6]. Ada hubungan antara tingkat asupan makronutrien (Energi, Protein, Lemak, Karbohidrat) dengan kejadian KEK pada ibu hamil [7], [8]. Ada hubungan signifikan antara asupan energi dan protein dengan kejadian KEK pada ibu hamil. Rerata asupan energi ibu hamil yang mengalami kekurangan energi kronik (KEK) adalah 1.322 kalori, keadaan ini tentunya masih di bawah standar kebutuhan gizi ibu hamil [9], [10].

World Health Organization (WHO) mengemukakan bahwa Prevalensi KEK pada kehamilan secara global sebesar 35% sampai 75% dan 40 % kematian ibu di negara berkembang berkaitan dengan KEK. Berdasarkan Laporan kinerja kementerian kesehatan tahun 2021, berdasarkan sumber data laporan rutin tahun 2022 yang terkumpul dari 34 provinsi,diketahui terdapat 283.833 ibu hamil dengan Lila < 23,5 cm (risiko KEK) dari 3.249.503 ibu hamil yang diukur Lila, sehingga diketahui bahwa capaian ibu hamil dengan risiko KEK sebesar 8,7% sementara target tahun 2021 adalah 14,5%. Capaian tersebut menggambarkan bahwa target ibu hamil KEK tahun ini telah melampaui target Renstra Kemenkes tahun 2021. Jika capaian tersebut dibandingkan dengan ambang batas kesehatan masyarakat untuk ibu hamil dengan risiko KEK maka Indonesia masih masuk pada pada negara yang memiliki masalah kesehatan masyarakat kategori sedang (5-9,9%). Persentase ibu hamil dengan KEK di Kalimantan Selatan ada pada angka 13,2%, dan berada di atas rata-rata nasional 8,7%, sehingga perlu tindakan nyata yang lebih intensif dari pemerintah dan masyarakat di Kalimantan Selatan untuk mengurangi jumlah ibu hamil dengan risiko KEK.

METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

Kegiatan Pengabdian kepada masyarakat ini adalah berupa kegiatan inisiasi pembuatan daftar

makan mingguan murah dan bergizi untuk mengatasi kurang energi kronis (KEK) ibu hamil. Tahapan kegiatan adalah :

1. Analisis Situasi ibu hamil dengan KEK
2. Diskusi tenaga kesehatan dan kader dalam mencari solusi permasalahan KEK
3. Pembuatan poster
4. Sosialisasi kepada ibu hamil dan masyarakat
5. Pembuatan laporan kegiatan
6. Evaluasi program

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini akan dilaksanakan pada Januari-Februari 2024. Peserta kegiatan ini adalah bidan, kader Posyandu, perangkat desa, ibu hamil, dan perwakilan masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Serongga

No	Kegiatan	Bulan Januari 2024				
		1	2	3	4	5
1	Analisis Situasi ibu hamil dengan KEK					
2	Diskusi tenaga kesehatan dan kader dalam mencari solusi permasalahan KEK					
3	pembuatan poster					
4	Sosialisasi kepada ibu hamil dan masyarakat					
5	Pembuatan laporan kegiatan					
6	Evaluasi program					

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada program pengabdian kepada masyarakat ini yaitu pembuatan media informasi yang mengenalkan masyarakat tentang KEK dan LILA. Media informasi yang dibuat adalah poster, yang akan dipasang di Puskemas, Posyandu, atau tempat umum setempat. Berdasarkan permasalahan yang ditemui, yaitu didapatkan bahwa istilah KEK dan LILA belum familiar di masyarakat, sehingga masyarakat juga belum mengetahui KEK dan LiLA sebagai parameter penting dalam kehamilan. Tahapan kegiatan adalah :

1. Analisis Situasi ibu hamil dengan KEK

   Berdasarkan data Puskesmas, didapatkan ada 10 ibu hamil yang mengalami KEK, diindikasikan dengan LiLA kurang dari 23,5 cm. Pada wawancara dengan beberapa ibu hamil, ditemukan bahwa ibu hamil tidak mengetahui istilah KEK dan LiLA, sehingga perlu edukasi lebih lanjut.

2. Diskusi tenaga kesehatan dan kader dalam mencari solusi permasalahan KEK

   Berdasarkan diskusi tenaga kesehatan bidan dan kader untk mencari solusi permasalahan KEK, diputuskan bahwa masyarakat harus lebih familiar dengan istilah KEK dan LiLA,

dimana ibu hamil tidak mengetahui kondisi gizi pribadi nya, sehingga perlu dikenalkan dengan KEK dan LiLA. Direncanakan membuat media informasi tentang KEK dan LiLA yang dapat membantu mengenalkan informasi ini kepada ibu hamil dan masyarakat.

Gambar 1. Diskusi dengan Masyarakat

3. Pembuatan poster

Berdasarkan usulan dan saran dari tenaga kesehatan bidan dan kader, maka dibuat poster tentang KEK dan LiLA sebagai gambar berikut. Pada poster tersebut ditampilkan definisi KEK dan LiLA, dan ditampilkan pula batas minimum LiLA untuk ibu hamil, yaitu 23,5 cm.

Gambar 2. Poster Edukasi

4. Sosialisasi kepada ibu hamil dan Masyarakat

Poster yang dibuat, kemudian dicetak dan dijadikan bahan informasi kepada ibu hamil dan masyarakat yang memeriksakan kesehatan di Puskesmas dan Posyandu.

Gambar 3. Sosialisasi kepada ibu hamil dan Masyarakat

5. Evaluasi program

   Untuk menambah kebermanfaatan dari program ini, kepada ibu hamil perlu diajarkan bagaimana mengukur LiLA sebagai indikator KEK. Perlu juga diinformasikan tentang bagaimana cara mengatasi KEK dan dampaknya terhadap kehamilan.

KESIMPULAN

Pada program pengabdian kepada masyarakat ini yaitu pembuatan media informasi yang mengenalkan masyarakat tentang KEK dan LILA. Media informasi yang dibuat adalah poster, yang akan dipasang di Puskemas, Posyandu, atau tempat umum setempat. Berdasarkan permasalahan yang ditemui, yaitu didapatkan bahwa istilah KEK dan LILA belum familiar di masyarakat, sehingga masyarakat juga belum mengetahui KEK dan LiLA sebagai parameter penting dalam kehamilan. Pada program ini telah dihasilkan poster tentang KEK dan LiLA, yang dijadikan bahan sosialisasi kepada ibu hamil dan masyarakat.

SARAN

Untuk menambah kebermanfaatan dari program ini, kepada ibu hamil perlu diajarkan bagaimana mengukur LiLA sebagai indikator KEK. Perlu juga diinformasikan tentang bagaimana cara mengatasi KEK dan dampaknya terhadap kehamilan.

REFERENSI

[1] I. Friscila *et al.*, "Pengoptimalisasi Pengggunaan Buku Kia Pada Era Digital Di Wilayah Kerja Puskesmas Kandui," in *Prosiding Seminar Nasional Masyarakat Tangguh*, 2023, pp. 299–307. [Online]. Available: https://ocs.unism.ac.id/index.php/semnaspkm/article/view/1058

[2] E. Abadi and L. A. R. Putri, "Konsumsi Makronutrien pada Ibu Hamil Kekurangan Energi Kronik (KEK) di Masa Pandemi Covid-19," *J. Kesehat. Manarang*, vol. 6, no. 2, pp. 1–10, 2020, doi: 10.33490/jkm.v6i2.337.

[3] A. Ernawati, "Hubungan usia dan status pekerjaan ibu dengan kejadian kurang energi kronis pada ibu hamil," *J. Litbang Media Inf. Penelitian, Pengemb. dan IPTEK*, vol. 14, no. 1, pp. 27–37, 2018, doi: https://doi.org/10.33658/jl.v14i1.106.

[4] W. Apriana, I. Friscila, and E. I. Kabuhung, "Hubungan Pengetahuan dan Akses Informasi dengan Tingkat Kecemasan tentang Kehamilan Selama Masa Pandemi Covid-19 pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Poskesdes Mantangai Tengah Kabupaten Kapuas," in *Proceeding Of Sari Mulia University Midwifery National Seminars*, 2021. [Online]. Available: https://ocs.unism.ac.id/index.php/PROBID/article/view/701

[5] I. Fitrianingtyas, F. D. Pertiwi, and W. Rachmania, "Faktor-Faktor yang berhubungan dengan kejadian kurang energi kronis (KEK) pada ibu hamil di Puskesmas Warung Jambu Kota Bogor," *HEARTY*, vol. 6, no. 2, pp. 1–10, 2018, doi: 10.32832/hearty.v6i2.1275.

[6] N. P. Putri, D. Selliyati, A. Samkakai, A. Sari, A. Hermino, and I. Friscila, "Ekstrak Genjer (Limnocharis Flava) Sebagai Alternatif Mencegah Konstipasi Pada Masa Kehamilan: Narrative Review," *J. Din. Kebidanan dan Keperawatan*, vol. 11, no. 2, 2020, Accessed: Aug. 03, 2022. [Online]. Available: https://garuda.kemdikbud.go.id/documents/detail/2822510

[7] S. Fauziana and A. Fayasari, "Hubungan Pengetahuan, Keragaman Pangan, Dan Asupan Gizi Makro Mikro Terhadap Kek Pada Ibu Hamil," *Binawan Student J.*, vol. 2, no. 1, pp. 191–199, 2020, doi: 10.54771/bsj.v2i1.107.

[8] A. Fitriani, N. Mauyah, Y. F. Wahyuni, and I. Friscila, "Edukasi Pentingnya Kunjungan ANC Pada Ibu Dengan Media Syair Aceh Di Desa Lancok," *JMM (Jurnal Masy. Mandiri)*, vol. 7, no. 5, pp. 5264–5273, 2023, doi: https://doi.org/10.31764/jmm.v7i5.17405.

[9] T. Sartini and S. Mona, "Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Dengan Kekurangan Energi Kronik (KEK) Melalui Pemberian Makanan Tambahan Di Puskesmas Tanjung Balai Karimun," *J. Chem. Inf. Model.*, vol. 12, no. 9, pp. 1–8, 2022, [Online]. Available: http://ejurnal.univbatam.ac.id/index.php/zonabidan/article/view/1144

[10] N. Mauyah *et al.*, "Penyuluhan Pengolahan Makanan Bergizi untuk Anak di Desa Gampong Raya Tambo Kecamatan Peusangan Kabupaten Bireuen 2021," *J. Abdimas ITEKES Bali*, vol.

1, no. 2, pp. 76–80, 2022, doi: https://doi.org/10.37294/jai.v1i2.374.