



## PERILAKU KONSUMSI MAKANAN IBU HAMIL DENGAN KEJADIAN KEKURANGAN ENERGI KRONIS (KEK) DI KELURAHAN GEDONGOMBO KECAMATAN SEMANDING

Kema Azzahra<sup>1</sup>, Teresia Retna P<sup>2</sup>, Yasin Wahyurianto<sup>3</sup>, Wahyu Tri Ningsih<sup>4</sup>

Program Studi Keperawatan Tuban Program Diploma Tiga Poltekkes Kemenkes Surabaya

Email Korespondensi: [kemaazzahra@gmail.com](mailto:kemaazzahra@gmail.com)

### ABSTRAK

Kekurangan Energi Kronis ialah keadaan kurang gizi akibat rendahnya asupan makanan yang mengandung makronutrien sebagai sumber energi. Ibu hamil KEK dapat berdampak buruk bagi kesehatan ibu maupun janin. Salah satu faktor penyebabnya adalah perilaku konsumsi yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi. Perilaku konsumsi mencerminkan sikap, perilaku, dan tindakan dalam menjaga kesehatan serta mencegah penyakit, termasuk KEK. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara perilaku konsumsi makanan ibu hamil dan kejadian KEK di Kelurahan Gedongombo, Kecamatan Semanding. Penelitian ini menggunakan desain studi korelasional. Populasi penelitian berjumlah 52 orang ibu hamil yang berada di Kelurahan Gedongombo, Kecamatan Semanding. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *probability sampling* dengan metode *total sampling*, dimana semua anggota populasi dijadikan sebagai sampel. Pengumpulan data melalui penyebaran kuesioner, serta analisis data dilakukan dengan uji statistik *Chi-Square*. Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas ibu hamil yang mengalami Kekurangan Energi Kronis (KEK) menunjukkan perilaku konsumsi makanan yang kurang baik. Hasil analisis statistik menggunakan uji Chi-Square menunjukkan nilai  $p = 0,003$ , yang berada di bawah batas signifikansi 0,05. Temuan ini mengindikasikan adanya hubungan yang bermakna antara perilaku konsumsi makanan pada ibu hamil dengan kejadian KEK. Perilaku konsumsi makanan ibu hamil memiliki keterkaitan yang kuat dengan kejadian KEK. Semakin baik perilaku konsumsi makanan yang diterapkan, maka semakin kecil risiko KEK, yang akhirnya dapat menurunkan kemungkinan ibu melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah.

**Kata kunci:** Perilaku Konsumsi Makanan, Kekurangan Energi Kronis (KEK), Ibu Hamil

### ABSTRACT

*Chronic Energy Deficiency (CED) is a state of malnutrition resulting from low intake of foods containing macronutrients as an energy source. Chronic Energy Deficiency (CED) in pregnant women can negatively impact the health of both the mother and the fetus. One contributing factor is consumption behavior that does not meet nutritional needs. Consumption behavior reflects attitudes, behaviors, and actions aimed at maintaining health and preventing disease, including CED. This study aims to determine the relationship between the food consumption behavior of pregnant women and the incidence of CED in Gedongombo Village, Semanding District. This study employed a correlational study design. The study population*

*consisted of 52 pregnant women in Gedongombo Village, Semanding District. The sampling technique used was probability sampling with a total sampling method, where all members of the population were sampled. Data were collected through questionnaires, and data analysis was performed using the Chi-Square statistical test. Based on the research results, the majority of pregnant women with Chronic Energy Deficiency (CED) exhibited poor dietary habits. Statistical analysis using the Chi-Square test showed a p-value of 0.003, which is below the 0.05 significance level. This finding indicates a significant relationship between dietary habits in pregnant women and the incidence of CED. The eating habits of pregnant women are strongly linked to the incidence of CED. The better the eating habits, the lower the risk of CED, which ultimately reduces the likelihood of a mother giving birth to a low birth weight baby.*

**Keywords:** Food Consumption Behavior, Chronic Energy Deficiency (CED), Pregnant Women

## PENDAHULUAN

Kekurangan Energi Kronis pada wanita hamil berisiko memicu bayi lahir dengan berat kurang dari 2.500 gram. Kondisi ini umumnya disebabkan oleh malnutrisi sejak awal kehamilan, yang berdampak pada pertumbuhan janin dan daya tahan tubuh ibu. Asupan nutrisi yang tidak memadai dapat menghambat perkembangan janin serta meningkatkan kerentanan ibu terhadap penyakit. Beberapa faktor yang berkontribusi terhadap KEK pada ibu hamil meliputi rendahnya tingkat pendidikan, kurangnya pengetahuan gizi, pendapatan keluarga yang terbatas, usia kehamilan di bawah 20 tahun atau di atas 35 tahun, tingginya jumlah persalinan, serta jarak kehamilan yang terlalu dekat (Andini, 2020)

Kehamilan adalah periode dimana terjadi peningkatan metabolisme energi. Oleh sebab itu, kebutuhan akan energi serta zat gizi lainnya turut bertambah pada masa kehamilan. Selama kehamilan, seorang wanita perlu menerapkan pola konsumsi makanan yang sehat dengan meningkatkan kuantitas dan keanekaragaman makanan untuk dikonsumsi agar pertumbuhan janin dan keperluan gizi ibu dapat terpenuhi jika nutrisi yang dikonsumsi seimbang dan memadai (Kemenkes RI, Dirjen Bina Gizi dan KIA 2011) dalam jurnal (Putu et al., 2017), Namun fakta dilapangan Kekurangan Energi Kronis sering kali karena pola makan yang tidak cukup, rendahnya asupan kalori, serta kurangnya pengetahuan mengenai gizi seimbang.

World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa, prevalensi Kekurangan Energi Kronis ditahun 2019 mencapai 30,1%, dan mengalami kenaikan menjadi (35%) ditahun 2020. WHO juga mencatat bahwa (40%) kematian ibu di negara berkembang terkait dengan kondisi KEK. Menurut data Riskesdas tahun 2018, prevalensi KEK pada wanita hamil di Indonesia tercatat sebesar 17,3%. Angka ini alami penurunan ditahun 2023, dengan hasil Survei Kesehatan Indonesia yang menunjukkan prevalensi KEK sebesar 16,9%. Meskipun, capaian tersebut belum mencapai target yang ditetapkan oleh KEMENKES RI dalam Rencana Strategis Kemenkes 2024, yakni menurunkan prevalensi kekurangan energi kronis pada ibu hamil hingga 10% pada tahun 2024.

Hasil dari (2013, 1958) Riskesdas 2013 mengindikasikan prevalensi risiko KEK pada wanita hamil di Jawa Timur mencapai 29,8%, sementara itu wanita yang tidak hamil sebesar 21,8%. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Tuban KEK selama 2 tahun terakhir pada tahun 2022 sebanyak 1912 dari 16.382 ibu hamil, tahun 2023 sebanyak 1923 dari 16.294 ibu hamil. Prevelensi tersebut menunjukkan peningkatan tiap tahunnya. Dari 33 Puskesmas ada di Kabupaten Tuban, Puskesmas Wire ialah salah satu Puskesmas yang angka kejadian ibu hamil tertinggi dengan jumlah 148 wanita hamil, jumlah KEK terbanyak di Kelurahan Gedongombo dari delapan (8) kelurahan yang ada di wilayah kerja Puskesmas Wire. di Kelurahan Gedongombo dari delapan (8) kelurahan yang ada diwilayah kerja Puskesmas Wire. Peningkatan kasus Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada ibu hamil disebabkan salah satunya

oleh perilaku konsumsi makanan wanita hamil yang kurang tepat saat memilih nutrisi selama masa kehamilan (Demayer, 2019; Proverawati & Asfuah, 2016; Sulistyoningih, 2018) dalam jurnal (Tanjung & Jahriani, 2022).

Faktor pengaruh terjadinya Kekurangan Energi Kronis meliputi aspek sosial ekonomi, biologis, pola konsumsi, serta perilaku konsumsi. Faktor sosial ekonomi mencakup pendapatan keluarga, tingkat pendidikan ibu, dan status perkawinan. Sementara itu, faktor biologis meliputi usia ibu hamil, jarak antar kehamilan, dan jumlah persalinan (paritas) (Tanjung & Jahriani, 2022). Perilaku konsumsi makanan pada ibu hamil dapat dievaluasi melalui beberapa aspek, yaitu pola makan mencakup frekuensi makan, jenis makanan, dan jumlah asupan yang dikonsumsi (Sitorus & Nurhayati, 2022).

Kekurangan Energi Kronis dapat menimbulkan berbagai dampak serius, antara lain meningkatkan risiko anemia, perdarahan, penambahan berat badan ibu yang tidak sesuai standar, beresiko terkena infeksi, serta menjadi salah satu penyebab tidak langsung kematian ibu. Dalam konteks persalinan, KEK dapat berkontribusi pada terjadinya persalinan yang sulit dan berlangsung lama, persalinan prematur imminen, perdarahan pascapersalinan, serta meningkatkan kemungkinan dilakukannya tindakan operasi sesar. Selain itu, KEK menyebabkan gangguan pertumbuhan janin dalam kandungan, bahkan kematian janin dalam rahim kelainan bawaan anemia pada janin, serta bayi lahir dengan berat badan rendah (Suryani et al., 2021).

Wanita hamil memiliki Kekurangan Energi Kronis berpotensi menghadapi berbagai permasalahan kesehatan, baik bagi dirinya sendiri maupun janin yang dikandung. KEK selama kehamilan dapat menimbulkan komplikasi seperti anemia, perdarahan, penambahan berat badan yang tidak standar, serta meningkatkan kerentanan terhadap infeksi. Selain itu, kondisi ini juga dapat memengaruhi proses persalinan, dengan risiko terjadinya melahirkan dengan kesulitan dan berlangsung lama, kelahiran prematur, perdarahan pascapersalinan serta meningkatnya kemungkinan dilakukan operasi sesar. Tidak hanya berdampak pada ibu, KEK juga dapat menghambat pertumbuhan janin dan meningkatkan risiko keguguran, aborsi spontan, kematian janin dalam kandungan, kematian neonatal, kelainan kongenital, dll (Lestari, 2021; Rahmaniar, 2013).

Salah satu langkah yang dapat dilakukan untuk mengatasi Kekurangan Energi Kronis (KEK) adalah dengan mengonsumsi makanan bergizi seimbang serta menerapkan pola makan yang sehat (Paramata & Sandalayuk, 2019). Dalam rangka mencegah terjadinya KEK pada wanita hamil, penting bagi perempuan usia subur untuk menjaga status gizinya sejak sebelum kehamilan. Salah satu indikator status gizi yang baik adalah ukuran Lingkar Lengan Atas (LILA) yang tidak kurang dari 23,5cm.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain studi korelasional. Populasi penelitian berjumlah 52 ibu hamil yang berada di Kelurahan Gedongombo, Kecamatan Semanding. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *probability sampling* dengan metode *total sampling*, dimana semua anggota populasi dijadikan sebagai sampel. Pengumpulan data melalui kuesioner, serta analisis data dilakukan dengan uji statistik *Chi-Square*.

## HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Karakteristik Ibu Hamil Berdasarkan Usia, Jarak Kehamilan, dan Paritas di Kelurahan Gedongombo Kecamatan Semanding pada Bulan Mei Tahun 2025

Karakte-ristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
----------------	---------------	----------------

<b>Usia</b>		
20-25 Tahun	26	50,0%
26-31 Tahun	14	26,9%
≥ 32 Tahun	12	23,1%
<b>Total</b>	<b>52</b>	<b>100%</b>
<b>Jarak Kehamilan</b>		
≤ 2 Tahun		
≥ 2 Tahun	38	67,3%
	14	32,7%
<b>Total</b>	<b>52</b>	<b>100%</b>
<b>Paritas</b>		
≤ 2	38	73,1%
≥ 2	14	26,9%
<b>Total</b>	<b>52</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 1, Ibu Hamil setengahnya (50,0%) berusia 20-25 tahun, Sebagian besar (67,3%) jarak kehamilan kurang dari 2 tahun, hampir setengahnya (26,9%) dengan paritas lebih dari 3 anak.

Tabel 2. Perilaku Konsumsi Makanan Ibu Hamil di Kelurahan Gedongombo Kecamatan Semanding pada Bulan Mei Tahun 2025

<b>Kategori</b>	<b>Frekuensi (n)</b>	<b>Persentase (%)</b>
Baik	35	67,3%
Kurang	17	32,7%
<b>Total</b>	<b>52</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 2, hampir setengahnya Ibu Hamil (32,7%) memiliki Perilaku Konsumsi Makanan yang kurang baik.

Tabel 3. Identifikasi Kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada Bulan Mei Tahun 2025

<b>Kategori</b>	<b>Frekuensi (n)</b>	<b>Persentase (%)</b>
KEK	9	17,3%
Tidak KEK	43	82,7%
<b>Total</b>	<b>52</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 3 sebagian kecil ibu hamil (17,3%) terdiagnosa Kekurangan Energi Kronis (KEK).

Tabel 4. Tabulasi Silang Hubungan Perilaku Konsumsi Makanan Ibu hamil dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK) di Kelurahan Gedongombo Kecamatan Semanding pada Bulan Mei Tahun 2025

<b>Kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK)</b>						
<b>Perilaku Konsumsi Makanan</b>	<b>KEK</b>		<b>Tidak KEK</b>		<b>Total</b>	<b>P value</b>
	<b>F</b>	<b>%</b>	<b>F</b>	<b>%</b>		
	<b>F</b>	<b>%</b>	<b>F</b>	<b>%</b>	<b>F</b>	<b>%</b>

Baik	2	5,7%	33	94,3%	35	100%	
Kurang Baik	7	41,2%	10	58,8%	17	100%	<b>0,03</b>
Total	9	17,3%	43	82,7%	52	100%	

Uji chi square didapatkan  $p$  value = 0,003 maka  $p$  value < 0,05

Berdasarkan tabel 4, Ibu Hamil yang terdiagnosis Kekurangan Energi Kronis (KEK) hampir setengahnya memiliki perilaku konsumsi makanan yang kurang baik, dari hasil uji statistik *Chi Square* didapatkan  $p$  value = 0,003, maka lebih kecil dari  $\alpha = 0,05$  menunjukkan adanya hubungan perilaku konsumsi makanan Ibu Hamil dengan kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK).

## PEMBAHASAN

### Karakteristik Ibu Hamil Berdasarkan Usia, Jarak Kehamilan, dan Paritas di Kelurahan Gedongombo Kecamatan Semanding

Hasil penelitian memperlihatkan Ibu Hamil berdasarkan usia setengahnya berusia antara 20-25 tahun, sedangkan Jarak Kehamilan sebagian besar < 2 tahun, dan hampir setengahnya ibu dengan Paritas lebih dari 3 anak.

Kehamilan merupakan periode di mana terjadi peningkatan metabolisme tubuh, termasuk keperluan energi dan gizi. Untuk itu, selama masa kehamilan keperluan nutrisi ibu mengalami peningkatan. Untuk memenuhi keperluan gizi baik bagi pertumbuhan janin maupun kesehatan ibu sendiri, diperlukan pola konsumsi yang sehat dan seimbang, dengan cara menambah porsi serta variasi jenis makanan yang dikonsumsi (Kemenkes RI, Dirjen Bina Gizi dan KIA 2011) dalam jurnal (Putu et al., 2017).

Dalam konteks reproduksi sehat, rentang usia ideal untuk hamil dan melahirkan antara 20 sampai 35 tahun. Ibu hamil yang berada di luar rentang usia tersebut termasuk dalam kategori berisiko tinggi terhadap terjadinya komplikasi, baik selama masa kehamilan maupun saat persalinan (Manuaba, 2009)

Jarak Kehamilan dapat menyebabkan kematian maternal menjadi lebih tinggi. Secara biologis, kehamilan yang berdekatan memberikan waktu yang sedikit bagi ibu untuk memulihkan kondisi rahimnya. Tanpa waktu pemulihan yang cukup, kondisi rahim menurun dan memberikan efek merugikan terhadap kesehatan ibu serta kualitas janin. Selain itu, ibu dengan jarak kehamilan berdekatan berisiko mengalami masalah, termasuk KEK. Kondisi ini muncul karena jarak kehamilan < 2 tahun berpotensi menurunkan kualitas janin dan membahayakan ibu. (Nugraha, Lalandos and Nurina, 2019; Humaroh, Hamid and Amalia, 2023).

Paritas merujuk pada total persalinan yang dihadapi oleh seorang ibu, baik yang menghasilkan bayi hidup maupun yang tidak, namun tidak mencakup kejadian aborsi (Myles, 2011). Semakin tinggi jumlah kehamilan dan persalinan, baik dengan hasil bayi hidup maupun meninggal, dapat berdampak pada gizi ibu hamil (Istiany dan Rusilant, 2013).

Berdasarkan uraian diatas wanita hamil yang ada di Kelurahan Gedongombo pada usia 20-25 tahun yang berada di usia ideal, yaitu usia yang ideal untuk kehamilan dan persalinan perlu dipahami dengan benar, serta penting bagi setiap individu untuk memperoleh informasi yang akurat mengenai perencanaan kehamilan agar terhindar dari kehamilan yang tidak direncanakan. Selain itu, semakin matang usia seseorang, semakin baik pula tingkat kematangan serta kapasitas dalam melaksanakan tugas dan kewajibannya, dan ibu dengan jarak kehamilan berdekatan berisiko mengalami masalah, termasuk kekurangan energi kronis. Kondisi ini muncul karena jarak kehamilan < 2 tahun berpotensi menurunkan kualitas janin dan membahayakan ibu. Serta paritas yang tinggi dapat berdampak negatif terhadap kesehatan

ibu, karena tidak mempunyai ruang cukup untuk mengembalikan keadaan tubuh setelah melahirkan, ibu membutuhkan asupan energi yang cukup guna mendukung proses pemulihan

### **Perilaku Konsumsi Makanan Ibu Hamil di Kelurahan Gedongombo Kecamatan Semanding**

Analisis data penelitian menunjukkan bahwa hampir setengah Ibu Hamil perilaku konsumsi makanan kurang. Perilaku konsumsi makanan ialah upaya untuk menjauhi penyakit dengan mempertahankan dan meningkatkan kesehatan, hingga dapat menghindari Kekurangan Energi Kronis. Disisi lain, perilaku makan juga berfungsi untuk memenuhi kebutuhan fisiologis seperti terasa lapar, memenuhi asupan nutrisi yang diperlukan tubuh, serta memenuhi kebutuhan psikologis (Ihtirami et al., 2021).

Pengaruh perilaku makan ibu hamil dalam memilih nutrisi yang tepat selama masa kehamilan meliputi pengetahuan, sikap, dan tindakan. (Demaeyer, 2019; Proverawati & Asfuah, 2016; Sulistyoningsih, 2018) dalam jurnal (Tanjung & Jahriani, 2022). Perilaku konsumsi makan pada ibu hamil adalah bagaimana seorang ibu hamil memilih, mengonsumsi, dan merencanakan makanan serta minumannya selama kehamilan. Perilaku ini mencakup berbagai aspek, seperti frekuensi makan, jenis makanan yang dipilih, pengetahuan tentang gizi, dan faktor-faktor yang memengaruhi pilihan makan.

Berdasarkan uraian diatas faktor Berdasarkan uraian tersebut, faktor pengetahuan, sikap, dan tindakan mempunyai peran penting dalam membentuk perilaku konsumsi makanan pada wanita hamil. Wanita hamil yang bersikap positif pada nutrisi cenderung menunjukkan perilaku yang baik dalam memenuhi kebutuhan nutrisinya. Pengetahuan yang memadai mengenai gizi akan membantu ibu dalam memilih toal dan bentuk makanan yang tepat untuk dikonsumsi. Sikap dan pengetahuan yang baik akan mendukung tindakan nyata dalam menerapkan pola makan sehat serta konsumsi gizi seimbang selama masa kehamilan. Langkah-langkah tersebut mencakup penerapan landasan keanekaragaman pangan, pemeliharaan kebugaran jasmani, pelaksanaan perilaku hidup bersih, serta pemantauan rutin terhadap berat badan guna menjaga kondisi tubuh tetap optimal dan mencegah kasus nutrisi seperti KEK. Selain itu, ibu hamil juga perlu menjalankan tindakan yang tepat, seperti rutin melakukan pemeriksaan kehamilan, mengonsumsi susu dan suplemen vitamin khusus ibu hamil, menghindari makanan berlemak, serta secara teratur mengonsumsi tablet tambah darah.

### **Kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK) di Kelurahan Gedongombo Kecamatan Semanding**

Data penelitian mengungkapkan bahwa hanya sebagian kecil ibu hamil terdiagnosis Kekurangan Energi Kronis. Kekurangan Energi Kronis ialah keadaan gizi individu tergolong kurang baik akibat pasokan pangan tidak mencukupi, khususnya pangan yang menjadi sumber energi dan mengandung zat gizi makronutrien, zat gizi yang dibutuhkan tubuh dalam jumlah besar, serta zat gizi mikronutrien, yaitu nutrisi yang diperlukan tubuh dalam jumlah kecil (Aminin & Lestari, 2013).

Pemicu kondisi wanita hamil dengan Kekurangan Energi Kronis berkaitan dengan karakteristik ibu, seperti usia, jarak kehamilan, dan paritas. Ibu dengan usia muda cenderung mempunyai pikiran yang terbatas mengenai cara menjaga kehamilan serta memahami proses kehamilan secara menyeluruh. Jarak kehamilan yang terlalu dekat juga berdampak negatif, karena dapat menurunkan kualitas janin dan kesehatan ibu, karena ibu tidak mendapatkan ruang cukup untuk memulihkan keadaan tubuhnya. Paritas, yang merujuk pada jumlah persalinan yang pernah dialami ibu, juga merupakan faktor risiko, terutama pada kasus grandemultipara, yang berpotensi memengaruhi kesehatan ibu maupun janin selama masa kehamilan. Selain faktor-faktor tersebut, perilaku ibu hamil menentukan asupan nutrisi yang baik selama masa kehamilan juga berperan penting, yang dipengaruhi oleh tingkat

pengetahuan, sikap, dan tindakan ibu tersebut (Demaeyer, 2019; Proverawati & Asfuah, 2016; Sulistyoningsih, 2018) dalam jurnal (Tanjung & Jahriani, 2022).

Berdasarkan uraian di atas, data hasil kuesioner memperlihatkan bahwa wanita hamil mengalami KEK sebagian besar berusia antara 20-25 tahun, memiliki jarak kehamilan kurang dari 2 tahun, serta paritas lebih dari tiga anak. Jika kondisi KEK pada ibu hamil terabaikan, hal ini dapat menimbulkan dampak serius bagi kesehatan ibu maupun janin yang sedang dikandung. Kondisi ini dapat menyebabkan ibu mengalami kelelahan yang berlebihan, penurunan daya tahan tubuh, hingga peningkatan risiko komplikasi kehamilan seperti preeklamsia dan persalinan prematur. Selain itu, janin berpotensi mengalami gangguan pertumbuhan dalam kandungan (IUGR), BBLR, serta gangguan perkembangan otak. Jika kondisi kekurangan energi kronis dibiarkan tanpa penanganan, risiko kematian bagi ibu dan bayi juga akan meningkat.

### **Hubungan Perilaku Konsumsi Makanan Ibu Hamil Dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK) Di Kelurahan Gedongombo Kecamatan Semanding**

Hasil penelitian didapatkan hampir setengahnya wanita hamil memiliki perilaku konsumsi makanan yang kurang baik terdiagnosis KEK, dengan hasil uji chi square  $p = 0,003$  lebih kecil dari  $\alpha = 0,05$ . Perilaku konsumsi makan ibu hamil adalah bagaimana seorang ibu hamil memilih, mengonsumsi, dan merencanakan makanan serta minumannya selama kehamilan. Perilaku ini mencakup berbagai aspek, seperti frekuensi makan, jenis makanan yang dipilih, pengetahuan tentang gizi, dan faktor-faktor yang memengaruhi pilihan makan.

Kekurangan Energi Kronis ialah keadaan status gizi seseorang kurang baik akibat asupan pangan yang tidak mencukupi (Aminin & Lestari, 2013).

Penyebab wanita hamil mengalami Kekurangan Energi Kronis meliputi karakteristik ibu, seperti usia, jarak kehamilan, dan paritas. Disisi lain, perilaku ibu hamil yang kurang optimal dalam memilih nutrisi yang tepat selama kehamilan, yang dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan, sikap, dan tindakan, juga berperan sebagai faktor penyebab KEK (Demaeyer, 2019; Proverawati & Asfuah, 2016; Sulistyoningsih, 2018) dalam jurnal (Tanjung & Jahriani, 2022).

Berdasarkan data dan teori yang telah dijelaskan sebelumnya, perilaku konsumsi makanan pada wanita hamil sangat berkaitan erat dengan kejadian Kekurangan Energi Kronis. Perilaku konsumsi makanan yang kurang baik, disertai dengan minimnya pengetahuan mengenai manfaat suatu hal, sering kali menyebabkan sikap yang kurang positif terhadap hal tersebut. Sikap negatif ini kemudian berdampak pada perilaku pemenuhan kebutuhan gizi yang tidak optimal, sehingga asupan gizi menjadi kurang dan meningkatkan risiko masalah kesehatan. Tanpa adanya perhatian yang memadai, KEK dapat menyebabkan berbagai komplikasi yang dapat berujung pada persalinan yang sulit dan lama. Disisi lain, KEK dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan janin dalam kandungan seperti intrauterine growth retardation, kematian janin dalam kandungan, kelainan kongenital, anemia, dan bayi lahir dengan berat badan rendah. Dengan demikian, sangat penting bagi ibu hamil di Kelurahan Gedongombo untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan tindakan mereka dalam menentukan pola konsumsi makanan yang sehat selama masa kehamilan.

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Sekitar setengah ibu hamil berusia 20-25 tahun, sebagian besar jarak kehamilan kurang dari 2 tahun, hampir setengahnya dengan paritas lebih dari 3 anak. Hampir setengahnya ibu hamil memiliki perilaku konsumsi makanan yang kurang baik. Sebagian kecil ibu hamil mengalami KEK. Terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku konsumsi makanan ibu hamil dengan kejadian kekurangan energi kronis.

Saran: Ibu harus merubah kebiasaan memilih makanan dengan lebih cermat serta mengolah makanan secara sehat agar kebutuhan gizi harian terpenuhi dengan baik. Ibu hamil disarankan untuk rajin melakukan kontrol kehamilan secara rutin agar kondisi Kekurangan Energi Kronis dapat terdeteksi dan ditangani sejak dini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aminin, F. A. W., & Lestari, R. P. (2013). Pengaruh Kekurangan Energi Kronis (Kek) Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil. *Media Gizi Masyarakat Indonesia*, 2, 98–103.
- Andini, F. R. (2020). Hubungan Faktor Sosio Ekonomi Dan Usia Kehamilan Dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronis Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Prambontergayang Kabupaten Tuban. *Amerta Nutrition*, 4(3), 218. <https://doi.org/10.20473/amnt.v4i3.2020.218-224>
- Britney, S., Hadju, V., Trisasmita, L., Dachlan, D. M., & Salam, A. (2024). Pola Konsumsi Makanan dan Kejadian Kurang Energi Kronik pada Ibu Hamil. *JGMI: The Journal of Indonesian Community Nutrition*, 13(1), 91–99. <https://journal.unhas.ac.id/index.php/mgmi/article/view/28298/11553>
- Anjelika, Ihsan, M. H., & Dammalewa, J. Q. (2021). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Kek pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Kolono Kabupaten Konawe Selatan. *Jurnal Ilmiah Karya Kesehatan*, 2(1), 25–34. <https://stikesks-kendari-e-journal.id/jikk>
- Britney, S., Hadju, V., Trisasmita, L., Dachlan, D. M., & Salam, A. (2024). Pola Konsumsi Makanan dan Kejadian Kurang Energi Kronik pada Ibu Hamil. *JGMI: The Journal of Indonesian Community Nutrition*, 13(1), 91–99. <https://journal.unhas.ac.id/index.php/mgmi/article/view/28298/11553>
- Desi Susanti, Siti Aisyah, Hazirin, & Effendi. (2024). Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronik pada Ibu Hamil. *Lentera Perawat*, 5(1), 66–72. <https://doi.org/10.52235/lp.v5i1.273>
- Dewi, A. K., Dary, D., & Tampubolon, R. (2021). Status Gizi dan Perilaku Makan Ibu Selama Kehamilan Trimester Pertama. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Komunitas*, 6(1), 135–144. <https://doi.org/10.14710/jekk.v6i1.10413>
- Dumilah, R. (2019). Umur, Interval Kehamilan, Kehamilan yang Diinginkan dan Perilaku Pemeriksaan Kehamilan. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 10(2), 73–79.
- Ga, T. A. R., Sinaga, M., & Rahayu, T. (2025). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Kurang Energi Kronis (KEK) pada Ibu Hamil di Puskesmas Oesapa Kota Kupang. *SEHATMAS (Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat)*, 4(2), 364–375. <https://doi.org/10.55123/sehatmas.v4i2.4593>
- Hardani, Dkk. 2020. Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif. Yogyakarta: Pustaka ilmu.
- Harismayanti, H., & Syukur, S. B. (2021). Analisis Kekurangan Energi Kronik pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Biru. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 4(2), 162–170. <https://doi.org/10.56338/mppki.v4i2.1491>
- Hariyani, S. D. F., Hermayanti, Y., Yamin, A., Lukman, M., & Solehati, T. (2024). Gambaran Kebiasaan Pola Makan pada Ibu Hamil dengan Kekurangan Energi Kronis (KEK). *Journal of Telenursing (JOTING)*, 6(1), 534–542. <https://doi.org/10.31539/joting.v6i1.9406>
- Ihtirami, A., Rahma, A. ., & Tihardimanto, A. (2021). Gizi3. *Molucca Medica*, 14(4), 11–21. <http://ojs3.unpatti.ac.id/index.php/moluccamed>
- Imansari, F. I., & Fitrayati, D. (2016). Pengaruh Status Sosial Ekonomi Orang Tua Terhadap Perilaku Konsumsi Siswa Kelas Xi Iis Di Sma Negeri 17 Surabaya. *Jurnal Pendidikan Ekonomi (JUPE)*, 4(3), 1–8.
- Indah, F. N., & Utami, I. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Berat

- Badan Lahir Rendah. *Nursing Arts*, 8(2), 47–55. <https://doi.org/10.36741/jna.v15i2.151>
- Julkarnain, M., & Rizki Ananda, K. (2020). Sistem Informasi Pengolahan Data Ternak Unit Pelaksana Teknis Produksi Dan Kesehatan Hewan Berbasis Web. *Jurnal Informatika*, Marani, Resmaniasih, K., & Astutik, L. P. (2024). Hubungan Kekurangan Energi Kronis (Kek) Dengan Anemia Pada Ibu Hamil Di Ruang KIA Blud Upt Puskesmas Pahandut Kota Palangka Raya. *Jurnal Forum Kesehatan : Media Publikasi Kesehatan Ilmiah*, 14(1), 20–26. <https://doi.org/10.52263/jfk.v14i1.198>
- Mijayanti, R., Sagita, Y. D., Fauziah, N. A., & Fara, Y. D. (2020). Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Kurang Energi Kronik (KEK) pada Ibu Hamil di UPT Puskesmas Rawat Inap Sukoharjo Kabupaten Pringsewu Tahun 2020. *Jurnal Maternitas Aisyah*, 1(3), 205–219.
- Mulyani, E. (2022). Faktor yang Berhubungan dengan Pola Konsumsi pada Ibu Hamil. *Indonesian Journal of Midwifery Today*, 1(2), 1–6. <http://dx.doi.org/10.30587/ijmt.v2i1.3808>
- Octaviani, C., & Kartasasmita, S. (2017). Pembelian Produk Kosmetik Pada Wanita Dewasa Awal. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 1(2), 126–133.
- Paramata, Y., & Sandalayuk, M. (2019). Kurang Energi Kronis pada Wanita Usia Subur di Wilayah Kecamatan Limboto Kabupaten Gorontalo. *Gorontalo Journal of Public Health*, 2(1), 120. <https://doi.org/10.32662/gjph.v2i1.390>
- Paramita, F. (2019). Penulis: Farah Paramita, S.Gz, MPH. In *Wineka Media*.
- Purwanto, N., Budiyanto, & Suhermin. (2022). *THEORY OF PLANNED BEHAVIOR: Implementasi Perilaku Electronic Word of Mouth pada Konsumen Marketplace*. CV. Literasi Nusantara Abadi.
- Putri, E. B. A., Oktaviana, R., Nurhidayah, N., & Suryatno, H. (2023). Hubungan Pola Makan dengan Kekurangan Energi Kronik (KEK) Menggunakan Pengukuran Lila pada Ibu Hiperemesis Gravidarum di Wilayah Kerja Puskesmas Maluku Kabupaten Sumbawa Barat. *PrimA: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 9(2), 200–208.
- Putu, N. A. C., Wirawan, S., Nyoman, I. A., & Cahyaningrum, A. (2017). Pola Konsumsi Makanan Pada Ibu Hamil Yang Mengalami Kurang Energi Kronis (KEK) Di Wilayah Kerja Puskesmas Cakranegara Kota Mataram. *Jurnal Gizi Prima*, 2(1), 65–75.
- Sitorus, R. S., & Nurhayati, E. L. (2022). Gambaran Pola Makan Ibu Hamil. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 10(1), 121. <https://doi.org/10.26714/jkj.10.1.2022.121-126>
- Suryani, L., Riski, M., Sari, R. G., & Listiono, H. (2021). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Terjadinya Kekurangan Energi Kronik pada Ibu Hamil. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 21(1), 311. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v21i1.1117>
- Tanjung, R. D. S., & Jahriani, N. (2022). Hubungan Karakteristik Dan Perilaku Ibu Hamil Dalam Pemenuhan Kebutuhan Gizi Dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronis (Kek). *Jurnal Maternitas Kebidanan*, 7(1), 73–84. <https://doi.org/10.34012/jumkep.v7i1.2390>
- Wulansari, A., & Herliana, P. (2019). Symbolic Meaning of Food Taboos and Chronic Energy Deficiency in Pregnant Women in Desa Bungku, Kecamatan Bajubang, Kabupaten Batanghari, Provinsi Jambi. *Jurnal Ekologi Kesehatan*, 18(3), 183–191.
- Zaidah, U., & Maisuroh, A. (2022). Hubungan Pola Makan Ibu Hamil dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK) di Puskesmas Dasan Lekong. *Empiricism Journal*, 3(2), 351–357. <https://doi.org/10.36312/ej.v3i2.1051>