



EDUKASI KELUARGA TENTANG PEMANFAATAN PEKARANGAN SEBAGAI SUMBER GIZI KELUARGA DAN PENINGKATAN PENGETAHUAN TENTANG KEK PADA IBU HAMIL DI PUSKESMAS KEPUNG KABUPATEN KEDIRI

Dewi Taurisiawati Rahayu¹, Dwi Ertiana²

¹²Stikes Karya Husada Kediri



Corresponding author

Dewi Taurisiawati Rahayu
Email : deetaurisia@gmail.com
HP: 082301110990

Kata Kunci:

Ibu Hamil;
Pengetahuan KEK;
Pekarangan;

Keywords:

*Pregnant Women;
Knowledge of Malnutrition;
Yard;*

ABSTRAK

Selama kehamilan, ibu hamil akan memiliki resiko mengalami Kekurangan Energi Kronis (KEK). Terdapat alternatif pemecahan masalah tersebut dengan pemanfaatan pekarangan. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk mengedukasi keluarga tentang pemanfaatan pekarangan sebagai sumber gizi keluarga dan peningkatan pengetahuan tentang KEK pada ibu hamil. Kegiatan ini dilaksanakan di Puskesmas Kepung Kabupaten Kediri pada tanggal 2-30 April 2023. Hasil dari kegiatan ini adalah terjadi peningkatan nilai rata-rata peserta pra dan post test. Nilai rata-rata peserta secara kuantitatif sebelum dilaksanakan kegiatan pengabdian sebesar 31,5 dan terjadi kenaikan menjadi 67,2 sehingga terjadi peningkatan sebesar 35,7. Setelah dilaksanakan pendampingan keluarga terjadi peningkatan pemanfaatan lahan pekarangan sebagai alternatif sumber gizi bagi keluarga.

ABSTRACT

During pregnancy, pregnant women will have a risk of experiencing Chronic Energy Deficiency (KEK). There is an alternative solution to this problem by using the yard. The purpose of this community service activity is to educate families about the use of yards as a source of family nutrition and to increase knowledge about KEK for pregnant women. This activity was carried out at the Kepung Health Center, Kediri Regency on April 2-30 2023. The result of this activity was an increase in the average score -the average pre and post test participants. The average value of the participants quantitatively before the community service activities were carried out was 31.5 and there was an increase to 67.2 so that there was an increase of 35.7. After implementing family assistance, there was an increase in the use of yards as an alternative source of nutrition for families.

PENDAHULUAN

Kekurangan energi kronis (KEK) merupakan kondisi dimana tubuh manusia mengalami kekurangan energi dalam waktu yang lama. Jika KEK dialami oleh seorang ibu yang sedang hamil, berdampak pada pertumbuhan janin didalam kandungan dan kondisi kesehatannya. KEK selama kehamilan menjadi pemicu timbulnya kasus hipertensi dalam kehamilan, pre-eklamsi, perdarahan dan ketuban pecah dini (Roberts, 2018). Tercatat pada tahun 2017, sebanyak 53,9% ibu hamil mengalami defisit energi dengan standar <70% angka kecukupan energi (AKE) dan sebanyak 13% ibu hamil mengalami defisit energi ringan (standar 70% - 90% AKE). Selain itu diketahui ibu hamil yang mengalami defisit protein dengan standar <80% angka kecukupan protein (AKP) sebesar 51,9% dan 18,8% ibu hamil mengalami defisit ringan dengan standar 80% - 99% AKP (Kemenkes, 2018).

Data Riskesdas (2018), di Indonesia sebanyak 1,3% ibu hamil mengalami KEK, di Provinsi Lampung sebesar 13,63% (Kemenkes, 2018) dan di Lampung Timur penyumbang tertinggi KEK sebanyak 52,8% dengan proporsi 13,3% adalah ibu hamil (Dinkes Propinsi Lampung, 2019).

Kurangnya pengetahuan tentang gizi ibu hamil maka dapat mengakibatkan kurangnya makanan bergizi selama kehamilan karena pada dasarnya pengetahuan tentang gizi hamil yang berguna untuk ibu. Ibu dengan pengetahuan yang baik mengerti dengan benar betapa diperlukannya peningkatan energi dan zat gizi yang baik dalam pertumbuhan dan perkembangan janin (Juwairiyah, 2017). Selama terjadinya pandemi Covid-19, Puskesmas Kepung terdapat 14,46% (21 ibu hamil) mengalami KEK. Menindaklanjuti permasalahan yang terjadi pada ibu hamil, perlu dilakukan upaya meningkatkan pengetahuan ibu hamil sehingga dapat mencegah terjadinya komplikasi yang dapat disebabkan oleh KEK.

METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat di Puskesmas Kepung Kabupaten Kediri Jawa Timur dengan tahapan sebagai berikut:

- a. Persiapan: Persiapan administrasi, penyusunan media penyuluhan, pembagian tugas dan tanggung jawab, meliputi dosen Prodi Sarjana Kebidanan STIKES Karya Husada Kediri orang, bidan desa 1 orang, 4 orang mahasiswa, persiapan masyarakat meliputi peninjauan ke Puskesmas tentang KEK sebagai sasaran kegiatan, menyepakati waktu pelaksanaan kegiatan pengabmas
- b. Pelaksanaan
 - 1). Kegiatan sosialisasi di Puskesmas Kepung Kabupaten Kediri dilakukan sebelum kegiatan dilaksanakan
 - a) Tujuan:
Perkenalan dengan sasaran yaitu masyarakat agar mengetahui kegiatan pengabdian yang akan dilaksanakan.
 - b) Metode Pelaksanaan:
Tatap muka dan diskusi antara dosen pelaksana pengabdian masyarakat untuk dengan Kepala Desa perangkat desa, tokoh masyarakat dan kader kesehatan. Waktu pelaksanaan tanggal 4 April 2023, Tempat kegiatan Puskesmas Kepung, Kabupaten Kediri Jawa Timur, Peserta 21 orang, Pelaksana yaitu Dosen Prodi Sarjana Kebidanan STIKES Karya Husada Kediri.

- 2) Kegiatan peningkatan pengetahuan ibu hamil melalui penyuluhan kesehatan tentang KEK dan pemanfaatan lahan pekarangan
 - a) Tujuannya untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang KEK dan pemanfaatan lahan pekarangan serta meningkatnya peran serta kader dalam kegiatan penyuluhan kesehatan
 - b) Metode pelaksanaan melalui ceramah, diskusi dan tanya jawab tentang KEK dan pemanfaatan lahan pekarangan sebagai sumber gizi keluarga
 - c) Waktu pelaksanaan 9 April 2023
 - d) Tempat kegiatan di Puskesmas Kepung, Kabupaten Kediri Jawa Timur Peserta berjumlah $\pm$ 30 orang yang terdiri dari Bidan Koordinator, Bidan Desa, kader kesehatan sebanyak 12 orang, dan Ibu hamil sebanyak 12 orang sebagai sasaran utama kegiatan.
 - e) Tim pelaksana Dosen sebanyak 2 orang dan 4 mahasiswa
- 3) Kegiatan evaluasi pelaksanaan kegiatan
 - a) Tujuannya untuk mengetahui peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang penyebab dan dampak dari KEK dan peningkatan pengetahuan tentang pemanfaatan pekarangan sebagai sumber alternatif gizi keluarga
 - b) Metode pelaksanaan melalui penilaian pre test dan post test Dan kunjungan rumah mengobservasi pemanfaatan pekarangan keluarga
 - c) Waktu pelaksanaan Rabu, 11 April 2023
 - d) Tempat pelaksanaan di Puskesmas Kepung, Kabupaten Kediri Jawa Timur
 - e) Peserta yaitu ibu hamil yang berjumlah 12 orang
 - f) Tim pelaksana yaitu tim pengabmas dibantu oleh kader dan mahasiswa

HASIL PEMBAHASAN

Kegiatan pertemuan dan sosialisasi dilaksanakan pada tanggal 21 April 2023 di Puskesmas Kepung, Kabupaten Kediri Jawa Timur yang dihadiri sebanyak 30 orang meliputi dari Bidan Koordinator, Bidan Desa, kader kesehatan sebanyak 12 orang, dan Ibu hamil sebanyak 12 orang sebagai sasaran utama kegiatan. Pada kegiatan tersebut dilakukan juga wawancara dengan bidan desa dan kader tentang keadaan kesehatan ibu hamil yang mengalami KEK, dilanjutkan observasi langsung keluarga dalam pemanfaatan pekarangan sebagai sumber alternatif keluarga.

Berdasarkan informasi yang didapat, maka tim pelaksana menyusun program penyuluhan tentang KEK dan pendampingan pada keluarga dalam upaya pemanfaatan pekarangan rumah sebagai sumber alternatif gizi keluarga. pertemuan dan sosialisasi kegiatan. Pada tahap II dilaksanakan pada tanggal 22 April 2023 dengan kegiatan penyuluhan tentang KEK dan pemanfaatan pekarangan sebagai alternatif gizi keluarga. Kegiatan dihadiri sebanyak 30 orang yang terdiri dari Bidan Koordinator, Bidan Desa, kader kesehatan sebanyak 12 orang, dan Ibu hamil sebanyak 12 orang sebagai sasaran utama kegiatan.

Sebelum penyampaian materi dilakukan pre test dan setelah penyuluhan dilakukan post test.

Tabel 1. Distribusi frekuensi berdasarkan Analisis Univariat

No	Variabel	Frekuensi
1	Tingkat Pendidikan Suami	
	a. Tinggi	
	b. Sedang	3
	c. Rendah	5

		4
2	Tingkat Pendidikan Istri a. Tinggi b. Sedang c. Rendah	2 5 5
3	Pekerjaan Ibu a. Bekerja b. Tidak Bekerja	6 6
4	Jumlah anak a. 1 b. 2-3 c. >4	- 10 2
5	Dukungan keluarga untuk menanggulangi KEK a. Tinggi b. Sedang c. Rendah	1 4 7

Berikut adalah hasil pengabdian masyarakat setelah dilaksanakan implementasi pada 21 sasaran :

Tabel 2. Hasil pengabdian masyarakat

	Pre Test		Post Test	
Pengetahuan Ibu Hamil	Total	Presentasi (%)	Total	Presentasi (%)
Baik	0	00,0	7	58,3
Cukup	2	16,7	5	41,7
Kurang	10	83,3	0	0,00
Jumlah	12	100	12	100
Rata-Rata		31,50		67,17

Berdasarkan kategori pengetahuan dari Arikunto (2016) yaitu baik (nilai 76-100%), cukup (nilai 56-75%) dan kurang (nilai <50%), dengan hasil seperti dijelaskan pada tabel 2. Berdasar tabel 1 diketahui pengetahuan ibu hamil tentang KEK dan pemanfaatan pekarangan sebagai sumber alternatif Keluarga sebelum penyuluhan rata-rata 31,5 terbanyak kategori pengetahuan kurang sebesar 83,3% dan setelah diberikan penyuluhan rata-rata 67,17 sebagian besar kategori pengetahuan baik (58,3%). Hasil ini menunjukkan terdapat peningkatan pengetahuan ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan sebesar 35,67%.

Penyuluhan menjadi metode terpilih untuk meningkatkan pengetahuan dan penyebaran informasi yang akan disampaikan. Karena melalui penyuluhan diharapkan dapat tercapai perubahan pengetahuan yang selanjutnya dengan adanya peningkatan pengetahuan akan mengubah perilaku ke arah perilaku sehat (Notoatmodjo, 2014). Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Lawrence Green (1993) dalam Notoadmodjo (2014), bahwa pengetahuan merupakan faktor predisposisi terjadinya perilaku seseorang. Semakin tinggi pengetahuan orang dapat terlihat dari perilakunya.

Pada tahap III kegiatan evaluasi dilaksanakan pada hari Rabu, 23 April 2023 dengan mengukur kondisi KEK ibu hamil yang dilakukan pada saat posyandu oleh TIM Pengabmas bersama dengan mahasiswa Sarjana Terapan Kebidanan Metro, sedangkan pemanfaatan pekarangan sebagai sumber alternatif gizi keluarga dilakukan secara observasi melalui kunjungan rumah ibu hamil didampingi kader kesehatan. Penentuan status KEK dilakukan dengan pengukuran lingkaran lengan atas (LILA) ibu hamil berdasarkan standar baku Depkes RI yaitu jika LILA $<23,5\text{cm}$ (Depkes RI, 2012).

Beberapa faktor secara langsung maupun tidak langsung menjadi pemicu terjadinya KEK pada ibu hamil. Penelitian di Lampung Tengah menemukan beberapa penyebab terjadinya KEK yaitu: pengetahuan yang rendah tentang KEK, pola makan tidak sehat dan rendahnya asupan gizi, pola makan keluarga yang berkontribusi terhadap status gizi, adanya status anemia, pola makan yang diyakini dan dilakukan oleh ibu hamil, peningkatan berat badan selama hamil, status pekerjaan, pendapat keluarga, serta rendahnya akses informasi kesehatan (Angraini, dkk., 2019). Oleh karena itu, asupan gizi pada ibu hamil selama kehamilan perlu ditingkatkan dan salah satu upayanya dengan pemanfaatan pekarangan keluarga sebagai sumber alternatif gizi keluarga.

Hasil evaluasi yang dilakukan dengan melakukan kunjungan rumah pada keluarga ibu hamil dalam pemanfaatan pekarangan, walaupun sebagian besar ibu hamil telah memanfaatkan pekarangan sebagai sumber alternatif gizi keluarga tapi masih belum maksimal terutama jenis tanaman sayuran yang mendukung asupan nutrisi yang bisa dikonsumsi oleh ibu hamil. Untuk itu perlu kerja sama dengan perangkat Desa dan kader kesehatan dalam pendampingan pada keluarga ibu hamil secara berkelanjutan



Gambar 1. Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Masyarakat di Puskesmas Kepung Kabupaten Kediri

KESIMPULAN

Terjadi peningkatan pengetahuan tentang pengetahuan ibu hamil tentang KEK dan pemanfaatan pekarang sebagai alternatif gizi keluarga sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan sebesar 35,67%. Diperlukan kerja sama dengan perangkat Desa dan kader kesehatan dalam pendampingan pada keluarga ibu hamil untuk memanfaatkan pekarangan sebagai sumber alternatif gizi keluarga terutama jenis tanaman sayuran yang mendukung asupan nutrisi yang bisa dikonsumsi oleh ibu hamil.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami menyampaikan terimakasih yang kepada lokasi kegiatan pengabdian masyarakat dan sasaran yang sangat kooperatif pada saat dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat. Kepada LPPM Stikes Karya Husada yang senantiasa memberikan kesempatan dan memberikan fasilitas kegiatan pengabdian masyarakat untuk dosen.

DAFTAR PUSTAKA

- Angraini, D. I., Utami, N., Ramadhian, Ri., Wijaya, S. M. (2019). Social Determinans of Chronic Enery Deficiency in Pregnant Women in Central Lampung. The 5th International Conference on Public Health. Best Western Premier Hotel, Solo, Indonesia, February 13-14, 2019 | 121. <https://doi.org/10.26911/theicph.2019.01.38>
- Arikunto, S. (2016). Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik (Edisi Revisi VI). Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Departemen Kesehatan RI, (2012). Pedoman Penanggulangan Ibu Hamil Kekurangan Enargi Kronis. Direktorat Pembinaan Kesehatan Masyarakat. Departemen Kesehatan. RI .Jakarta.
- Dinas Kesehatan Provinsi Lampung. (2 19). Profil Kesehatan Provinsi Lampung Tahun 2 19. Lampung: Dinkes ProvinsiLampung.
- FKM Universitas Indonesia. (2017). Buku Pedoman Petunjuk Pelaksanaan dan Penanggulangan KEK Pada Ibu Hamil. Jakarta: Fakultas Kesehatan Masyarakat.
- U.I. Juwairiyah, S. (2017). Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Paritas dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Semangat dalam Tahun 2017. Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al Banjari.
- Lubis, Z. (2013). Status Gizi Ibu Hamil serta Pengaruhnya Terhadap Bayi yang Dilahirkan. Bogor: Institut Pertanian Bogor.
- Notoatmodjo, S. (2014). Promosi Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta Riskesdas (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar (2017). Jakarta: Balitbang Kemenkes. RI.
- Roberts. D. (2018). Chonic Fatigue Syndrom and Quality of Life. Patient Related Outcome Measures, 9, 253-262.