

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN
KURANG ENERGI KRONIS PADA IBU HAMIL DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS MONCONGLOE**

*THE RELATIONSHIP OF EATING PATTERNS WITH EVENTS CHRONIC ENERGY LACK
IN PREGNANT WOMEN IN THE WORKING AREA OF THE MONCONGLOE HEALTH
CENTER*

Putri Pratiwi¹, Lydia Fanny², Fatmawaty Suaib², Hijrah Asikin²

¹Prodi Gizi dan Dietetika Program Sarjana Terapan Poltekkes Kemenkes Makassar

²Dosen Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Makassar

putripratiwi@poltekkes-mks.ac.id

Hp : 087805489534

ABSTRACT

Chronic Energy Deficiency (KEK) is a condition of malnutrition that lasts for a long period of time. This condition arises due to a lack of nutrients that are a source of energy, especially carbohydrates, fats and proteins, in addition to a lack of nutrients that support the function of digestion, absorption and metabolism of these nutrients, especially in the process of energy formation. One of the factors that influences the occurrence of CED is diet. This study aims to determine the relationship between dietary patterns and the incidence of chronic energy deficiency in pregnant women in the Moncongloe Community Health Center working area. This research is an analytical observational study with a cross sectional study approach. The sample was 68 pregnant women who experienced Chronic Energy Deficiency (CED) and those who did not have CED in the Moncongloe Community Health Center working area. The instrument used was a questionnaire about eating patterns. The data analysis used was the Chi Square statistical test with a confidence level of 95% ($\alpha = 0.05$). The results of this study showed that the majority of the sample had a poor diet, 36 people with a percentage of 52.9% and a small portion of the sample had a good diet, 32 people with a percentage of 47.1%. The results of the chi-squers test analysis of the relationship between diet and the incidence of chronic lack of energy obtained a value ($p = 0.04 > \alpha 0.05$) indicating that there is a relationship between diet and the incidence of chronic lack of energy in the work area of the Monconloe Community Health Center. Judging from the limitations of researchers in terms of independent variables, it is hoped that future researchers can add more variables to get better results, pregnant women can pay attention to a balanced diet by paying attention to the type of food, frequency and amount of food so that they can get good nutrition and be able to minimize the occurrence of SEZ.

Keywords : dietary habit, chronic lack of energi

ABSTRAK

Kekurangan Energi Kronis (KEK) adalah suatu kondisi kekurangan gizi yang berlangsung dalam jangka waktu yang lama. Kondisi ini timbul akibat kurangnya zat gizi yang menjadi sumber energi, terutama karbohidrat, lemak, dan protein, selain kekurangan gizi yang mendukung fungsi pencernaan, penyerapan, dan metabolisme zat-zat gizi tersebut, terutama dalam proses pembentukan energi. Salah satu faktor yang mempengaruhi terjadinya KEK yaitu pola makan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola makan dengan kejadian kurang energi kronis pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Moncongloe. Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional study*. Sampel adalah ibu hamil yang mengalami Kurang Energi Kronis (KEK) dan tidak KEK di wilayah kerja Puskesmas Moncongloe sebanyak 68 ibu hamil. Instrumen yang digunakan adalah kuisioner tentang pola makan. Analisis data yang digunakan adalah uji statistik *Chi Square* dengan derajat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar sampel memiliki pola makan yang kurang sebanyak 36 orang dengan presentase 52,9% dan Sebagian kecil sampel yang memiliki pola makan baik sebanyak 32 orang dengan presentase 47,1%. Hasil analisis uji *chi-squers* hubungan antara pola makan dengan kejadian kurang energi kronis didapatkan nilai ($p = 0.04 > \alpha 0.05$) menunjukkan bahwa ada hubungan antara pola makan dengan kejadian kurang energi kronis di wilayah kerja Puskesmas Monconloe. Dilihat dari keterbatasan peneliti dari segi variabel independen, diharapkan bagi peneliti selanjutnya dapat menambah lebih banyak variabel untuk mendapatkan hasil yang lebih baik, ibu hamil dapat memperhatikan pola makan seimbang dengan memperhatikan jenis makanan, frekuensi, dan jumlah makanan sehingga dapat memperoleh gizi yang baik dan mampu menimalisir terjadinya KEK.

Kata Kunci : Pola Makan, KEK

PENDAHULUAN

Masalah kesehatan ibu hamil masih sering menjadi masalah kesehatan di Indonesia. Hal ini dikarenakan masih tingginya Angka Kematian Ibu (AKI) yang disebabkan oleh beberapa faktor seperti faktor sosial, budaya, dan ekonomi. Buruknya gizi pada ibu hamil yang dikenal dengan kekurangan energi kronis dapat berisiko pada kematian ibu hamil (Octaviana dkk, 2021).

Kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK) berasal dari ketidakseimbangan asupan gizi, terutama energi dan protein. Kondisi ketidakseimbangan ini mengakibatkan ketidakcukupan zat gizi yang diperlukan oleh tubuh. Wanita hamil yang mengalami masalah kekurangan energi kronis memiliki risiko meningkat terhadap kematian mendadak ibu pada periode perinatal, serta berisiko melahirkan bayi dengan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR) (Istiqomah dkk, 2013).

Diagnosis KEK umumnya dilakukan dengan mengukur Lingkar Lengan Atas (LiLA), dengan nilai LiLA $< 23,5$ cm sebagai indikator keadaan umum. Hal ini dapat disebabkan karena asupan makanan selama kehamilan tidak mencukupi untuk kebutuhan dirinya sendiri dan bayinya. Selain itu kondisi ini dapat diperburuk oleh

beban kerja ibu hamil yang biasanya sama atau lebih berat dibandingkan dengan saat sebelum hamil. Akibatnya, bayi tidak mendapatkan zat gizi yang dibutuhkan, sehingga mengganggu pertumbuhan dan perkembangan (Permenkes Nomor 9 tahun 2014).

Berdasarkan Laporan Akuntabilitas Kinerja Instansi Pemerintah (LAKIP) tahun 2022 yang terkumpul dari 34 provinsi, diketahui terdapat 206.074 ibu hamil dengan LiLA < 23,5 cm (berada dalam risiko KEK) dari 2.443.494 ibu hamil yang melakukan pengukuran LiLA. Hal tersebut menunjukkan bahwa persentase ibu hamil dengan risiko KEK pada tahun 2022 mencapai 8,43%, sementara target yang ditetapkan untuk tahun tersebut adalah sebesar 13%. Jika dibandingkan dengan standar yang disarankan oleh WHO, persentase ibu hamil dengan KEK di Indonesia termasuk dalam kategori masalah kesehatan masyarakat yang ringan karena kurang dari 10% (Kemenkes RI, 2023).

Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 di Indonesia menunjukkan prevalensi risiko KEK pada ibu hamil (15- 49 tahun) masih cukup tinggi yaitu sebesar 17,3%, angka tersebut menunjukkan perbaikan dari presentase ibu hamil KEK yang diharapkan dapat turun sebesar 1,5% dari setiap tahunnya agar dapat mencapai target 10% di tahun 2024 (Riskesdas, 2018). Berdasarkan data Direktorat Gizi Masyarakat tahun 2022 Sulawesi Selatan berada di urutan ke sebelas jumlah ibu hamil KEK tertinggi yaitu 12,82% (Kemenkes RI, 2023). Pengambilan data awal di Puskesmas Moncongloe terdapat 33% ibu hamil KEK pada bulan Juni 2023.

Kondisi ibu yang menghadapi risiko KEK dapat menimbulkan potensi penurunan kekuatan otot yang mendukung proses persalinan. Hal ini dapat menyebabkan terjadinya persalinan yang berlangsung lebih lama dan meningkatkan risiko perdarahan setelah persalinan, bahkan dapat berujung pada kematian ibu. Risiko yang timbul pada bayi melibatkan potensi kematian janin dalam bentuk keguguran, kelahiran prematur, kelahiran cacat, Berat Badan Lahir Rendah (BBLR), dan bahkan kematian pada bayi. Ibu hamil yang mengalami risiko KEK juga dapat mengganggu pertumbuhan dan perkembangan janin, termasuk pertumbuhan fisik yang terhambat (*stunting*), perkembangan otak, dan metabolisme, yang dapat menjadi penyebab penyakit tidak menular pada usia dewasa (Kemenkes RI, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian (Zaidah dan Maisuroh, 2022), Menunjukkan bahwa banyaknya ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Dasan Lekong yang mengalami KEK disebabkan oleh kurangnya pemenuhan kebutuhan makanan. Beberapa ibu hamil cenderung mengonsumsi nasi dan jajanan seperti *snack* lebih banyak daripada sayur dan buah. Kondisi ini mengakibatkan kurangnya asupan gizi yang diperlukan selama kehamilan dan meningkatkan risiko KEK pada ibu hamil tersebut (Zaidah dan Maisuroh, 2022).

Berdasarkan latar belakang masalah yang ada, peneliti bertujuan melakukan penelitian untuk mengetahui hubungan pola makan dengan kejadian Kekurangan Energi Kronis pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Moncongloe Kabupaten Maros.

Tujuan dari penelitian ini ingin mengetahui hubungan pola makan dengan kejadian kekurangan energi kronis (KEK) pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Moncongloe. Adapun tujuan khusus mengetahui karakteristik ibu hamil KEK, mengidentifikasi pola makan ibu hamil yang mengalami KEK di Puskesmas Moncongloe, mengidentifikasi KEK pada ibu hamil, menganalisis hubungan pola makan dengan kejadian Kekurangan Energi Kronis pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Moncongloe.

METODE

Desain, tempat dan waktu

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasional dengan pendekatan *cross sectional study*. Penelitian dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Moncongloe Kabupaten Maros. Penelitian dilakukan pada bulan Juli 2023 – Maret 2024.

Jumlah dan Cara Pengambilan Subjek

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh ibu hamil yang berada di wilayah kerja Puskesmas Moncongloe sebanyak 68 orang. Sampel yang diambil dari teknik total sampling.

Jenis dan Cara Pengumpulan Data

Data yang digunakan adalah data primer. Data primer terdiri dari data identitas sampel, data pola makan dan data Lingkar Lengan Atas (LiLA)

Pengolahan dan Analisis Data

Data responden diperoleh dengan cara angket yaitu mengisi formula secara langsung oleh responden

Data pola makan diperoleh dari jawaban responden dengan mengajukan pertanyaan dari kuisioner.

HASIL

1. Distribusi karakteristik responden berdasarkan umur ibu terbanyak adalah 19 – 29 tahun sebanyak 47 orang (69,1%).
2. Distribusi karakteristik responden berdasarkan pendidikan ibu yang paling banyak adalah Tamat SMA sebanyak 38 orang (55,9%).
3. Distribusi karakteristik responden berdasarkan pekerjaan ibu yang paling banyak adalah Ibu Rumah Tangga (IRT) sebanyak 63 orang (92,6%).
4. Distribusi karakteristik responden berdasarkan umur suami berumur 19 – 29 Tahun sebanyak 44 orang dengan presentase (64,7%).
5. Distribusi karakteristik responden berdasarkan pendidikan suami yang paling banyak adalah Tamat SMA sebanyak 41 orang (60,3%).

6. Distribusi karakteristik responden berdasarkan pekerjaan suami yang paling banyak adalah karyawan swasta sebanyak 36 orang (52,9%).
7. Distribusi karakteristik responden berdasarkan jumlah anak dibawah umur 5 tahun sebanyak 2 orang (2,9%).
8. Hasil analisis statistik menunjukkan nilai $p=0,04$ memaknakan bahwa ada hubungan antara pola makan dengan kejadian kurang energi kronis.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian pola makan pada ibu hamil di wilayah kerja puskesmas Moncongloe menunjukkan bahwa sebagian besar sampel memiliki pola makan yang kurang sebanyak 36 orang dengan presentase 52,9% dan sebagian kecil sampel yang memiliki pola makan yang baik sebanyak 32 orang dengan presentase 47,1%. Penelitian ini sejalan dengan peneliti yang dilakukan oleh Safrianti (2017) tentang pola makan dan ukuran lingkaran lengan atas ibu hamil yang memiliki risiko persalinan secara sectio caesarea di puskesmas Stabat, Kabupaten Langkat bahwa sebagian besar sampel memiliki pola makan kategori kurang yang berjumlah 24 orang (57,1%), kategori baik berjumlah 17 orang (40,5%), dan paling sedikit dengan kategori lebih berjumlah 1 orang (2,4%) (Safrianti dkk, 2017).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar sampel memiliki LiLA normal sebanyak 47 orang dengan presentase 69,1% dan sebagian kecil sampel yang memiliki LiLA tidak normal (KEK) sebanyak 21 orang dengan presentase 30,9%.

Kejadian KEK disebabkan oleh beberapa faktor, yaitu penyebab langsung dan tidak langsung. Penyebab langsung kejadian KEK adalah asupan makanan yang tidak adekuat, mengalami penyakit infeksi, anemia, berat badan tidak meningkat sesuai standar, perdarahan yang dapat mengalami kekurangan gizi. Penyebab tidak langsung adalah usia, paritas, jumlah keluarga, pendidikan, dan pendapatan keluarga (Kusumastuti dkk, 2023).

Hasil analisis uji *chi squer* hubungan antara pola makan dengan kejadian kurang energi kronis didapatkan nilai ($p = 0.04 < \alpha 0.05$) maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pola makan dengan kejadian kurang energi kronis.

Hal ini sejalan dengan penelitian Hendro Stenly Kadmaerubun (2023) yang menyebutkan bahwa hasil analisis statistik hubungan pola makan dengan kejadian KEK pada ibu hamil diperoleh nilai p-value sebesar 0,00 yang artinya ada hubungan pola makan dengan kejadian KEK pada ibu hamil di wilayah kerja puskesmas Kalser, Kabupaten Maluku Tenggara (Hendro Stenly Kadmaerubun dkk, 2023).

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Octaviana (2021) yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Kertak Hanyar dari diketahui nilai koefisien korelasi (r) adalah 0.475 yang artinya ada hubungan pola makan dengan kejadian kurang energi kronis di wilayah kerja Puskesmas Kertak Hanyar. Semakin kurang pola makan ibu hamil, semakin tinggi juga tingkat kekurangan energi kronis. Berdasarkan hasil analisis statistik, pola makan memiliki hubungan yang signifikan ($p=0,001$) (Octaviana dkk, 2021).

KESIMPULAN

Pola makan ibu hamil KEK di wilayah Kerja Puskesmas Moncongloe dikategorikan bahwa sebagian besar sampel memiliki pola makan yang kurang sebanyak 36 orang (52,9%) dan sebagian kecil sampel yang memiliki pola makan baik sebanyak 32 orang (47,1%).

Kejadian ibu hamil kurang energi kronis di wilayah kerja Puskesmas Moncongloe sebanyak 21 orang (30,9%) dan ibu hamil yang tidak dikategorikan KEK sebanyak 47 orang (69,1%).

Ada hubungan antara pola makan dengan kejadian kurang energi kronis pada ibu hamil di wilayah kerja puskesmas Moncongloe ditandai dengan ($p = 0.04 < \alpha 0.05$).

SARAN

Dilihat dari keterbatasan peneliti dari segi variabel independen, diharapkan bagi peneliti selanjutnya dapat menambah lebih banyak variabel untuk mendapatkan hasil yang lebih baik serta mendapatkan wilayah yang lebih luas