

GERAKAN PEDULI GIZI: PENCEGAHAN KEK PADA IBU HAMIL TRIMESTER I DI DUSUN TUNDUNG, DESA MANTANG, LOMBOK TENGAH

Nur Arfiani¹, Nining Fatria Ningsih², Ervin Dini Wahyuni³

¹ Universitas Qamarul Huda Badaruddin Bagu; nurbarabali16@gmail.com

² Universitas Qamarul Huda Badaruddin Bagu; ningfatria@gmail.com

³ UPTD. Puskesmas Mantang; ervindiniwahyuni79@gmail.com

ARTICLE INFO

Article history:

Received 2024-11-14

Revised 2024-12-30

Accepted 2024-01-03

ABSTRAK

Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada ibu hamil merupakan masalah gizi signifikan di Indonesia, termasuk di Dusun Tundung, Desa Mantang, NTB, dengan prevalensi mencapai 17% pada ibu hamil trimester pertama. Penanganan KEK melalui edukasi gizi dan pemberdayaan masyarakat menjadi sangat penting untuk menurunkan risiko komplikasi kehamilan. Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan status gizi ibu hamil dan menurunkan prevalensi KEK melalui intervensi berbasis edukasi gizi. Metode yang digunakan adalah deskriptif-kualitatif dengan partisipasi aktif masyarakat. Subjek penelitian adalah 25 ibu hamil dengan risiko KEK. Hasil menunjukkan adanya peningkatan rata-rata berat badan ibu hamil sebesar 1,5-2 kg, peningkatan proporsi ibu hamil dengan status gizi normal dari 40% menjadi 68%, serta penurunan prevalensi KEK dari 28% menjadi 12%. Partisipasi aktif keluarga dalam penyusunan menu bergizi dan penggunaan media edukasi audiovisual berperan penting dalam keberhasilan program. Kesimpulannya, program edukasi gizi berbasis partisipasi masyarakat efektif dalam meningkatkan status gizi ibu hamil dan menurunkan prevalensi KEK di wilayah dengan risiko tinggi.

Kata Kunci: Kekurangan Energi Kronis (KEK), ibu hamil, edukasi gizi.

ABSTRACT

Chronic Energy Deficiency (CED) in pregnant women is a significant nutritional issue in Indonesia, including in Dusun Tundung, Desa Mantang, NTB, with a prevalence of 17% in the first trimester of pregnancy. Addressing CED through nutritional education and community empowerment is crucial to reduce the risk of pregnancy complications. The aim of this study is to improve the nutritional status of pregnant women and reduce the prevalence of CED through nutrition-based interventions. The method used is descriptive-qualitative with active community participation. The subjects of the study were 25 pregnant women at risk of CED. The results showed an average weight gain of 1.5-2 kg, an increase in the proportion of pregnant women with normal nutritional status from 40% to 68%, and a decrease in the prevalence of CED from 28% to 12%. Active family participation in preparing nutritious menus and the use of audiovisual educational media played a key role in the success of the program. In conclusion, community-

based nutrition education programs are effective in improving the nutritional status of pregnant women and reducing the prevalence of CED in high-risk areas.

Keywords: Chronic Energy Deficiency (CED); Pregnant Women; Nutrition Education.

This is an open access article under the [CC BY](#) license.



Corresponding Author:

Nur Arfiani

Universitas Qamarul Huda Badaruddin Bagu; nurbarabali16@gmail.com

1. PENDAHULUAN

Kekurangan Energi Kronis (KEK) merupakan salah satu masalah gizi yang masih menjadi tantangan besar di Indonesia, termasuk di wilayah Nusa Tenggara Barat (NTB). Di Dusun Tundung, Desa Mantang, Kecamatan Batukliang, banyak ibu hamil trimester pertama menghadapi risiko KEK akibat pola makan yang tidak seimbang, keterbatasan akses terhadap pangan bergizi, serta kurangnya pemahaman tentang kebutuhan nutrisi selama kehamilan. Data dari Puskesmas Mantang menunjukkan bahwa 17% ibu hamil dalam triwulan pertama tahun 2024 mengalami KEK. Kondisi ini diperburuk oleh rendahnya status sosial-ekonomi masyarakat di wilayah tersebut (Puskesmas Mantang, 2023).

Kondisi KEK pada ibu hamil memiliki dampak jangka panjang yang serius. KEK tidak hanya meningkatkan risiko berat badan lahir rendah (BBLR), stunting, dan komplikasi persalinan, tetapi juga memengaruhi kualitas hidup generasi mendatang. Penanganan KEK menjadi prioritas dalam pencapaian target *Sustainable Development Goals* (SDGs), khususnya pada poin menurunkan angka kematian ibu dan meningkatkan status gizi anak. Dengan prevalensi KEK di NTB mencapai 19,5%, yang lebih tinggi dari rata-rata nasional, intervensi di wilayah ini menjadi sangat mendesak (Dinas Kesehatan NTB, 2022).

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), sekitar 462 juta orang di dunia mengalami kekurangan gizi, dengan 20% di antaranya merupakan ibu hamil di negara berkembang. Bayi yang lahir dari ibu dengan KEK berisiko tinggi mengalami stunting, lahir prematur, atau memiliki berat badan rendah (Sebastian, Mercado, Rondaris, Regal, & Gemira, 2022). Penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa prevalensi KEK mencapai 17,3%, dengan kontribusi signifikan terhadap tingginya angka stunting (21,6%) dan BBLR (6,2%) (SSGBI, 2022). Temuan ini sejalan dengan kondisi lokal, yang menunjukkan bahwa rendahnya pemahaman dan akses terhadap nutrisi memengaruhi status gizi ibu hamil (Fikri & Isnaeni, 2023).

Pemilihan Dusun Tundung sebagai lokasi kegiatan pengabdian didasarkan pada tingginya prevalensi KEK di wilayah ini serta kurangnya akses terhadap program edukasi gizi. Faktor sosial-ekonomi masyarakat yang rendah, ditambah dengan minimnya pengetahuan tentang pola makan sehat, menjadi alasan utama perlunya tindakan segera. Peningkatan kesadaran masyarakat melalui penyuluhan gizi dan pemberdayaan komunitas diharapkan

dapat menekan prevalensi KEK serta meningkatkan kualitas kesehatan ibu dan bayi di wilayah ini (Damajanti, 2020).

Dusun Tundung, Desa Mantang, Kecamatan Batukliang, Kabupaten Lombok Tengah, memiliki keterbatasan pengetahuan mengenai pola makan sehat, yang secara langsung memengaruhi status kesehatan masyarakatnya. Data dari Puskesmas Mantang menunjukkan bahwa wilayah ini melaporkan tingginya angka KEK pada ibu hamil. Dengan intervensi yang tepat, diharapkan kondisi gizi ibu hamil di Dusun Tundung dapat meningkat sehingga risiko KEK dan dampaknya dapat diminimalkan (Puskesmas Mantang, 2023).

Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk mencegah KEK pada ibu hamil trimester pertama melalui pendekatan edukasi gizi, pemantauan kesehatan, dan pemberdayaan masyarakat. Dengan melibatkan berbagai pihak, termasuk petugas kesehatan, tokoh masyarakat, dan keluarga, diharapkan program ini dapat memberikan dampak signifikan dalam meningkatkan kesehatan ibu dan anak, serta mendukung pencapaian target pembangunan kesehatan nasional.

2. METODE

Pendekatan yang digunakan dalam kegiatan ini adalah deskriptif-kualitatif dengan melibatkan partisipasi aktif masyarakat. Pendekatan ini bertujuan untuk mengidentifikasi kebutuhan, melaksanakan intervensi, serta mengevaluasi keberhasilan program edukasi gizi secara komprehensif. Partisipasi masyarakat dianggap penting untuk memastikan keberlanjutan program dan meningkatkan kesadaran komunitas tentang pentingnya gizi seimbang. Subjek utama kegiatan adalah ibu hamil trimester pertama di Dusun Tundung yang teridentifikasi memiliki risiko Kekurangan Energi Kronis (KEK), dengan jumlah total 25 ibu hamil. Selain itu, tokoh masyarakat, keluarga, dan petugas kesehatan setempat juga dilibatkan untuk mendukung keberhasilan program. Keterlibatan berbagai pihak ini diharapkan dapat memperkuat kolaborasi dan meningkatkan efektivitas intervensi yang dilakukan. Tahap awal kegiatan melibatkan sosialisasi program kepada masyarakat dan tokoh setempat. Sosialisasi bertujuan untuk meningkatkan dukungan dan partisipasi aktif dari berbagai elemen masyarakat. Dalam tahap ini, informasi mengenai tujuan, manfaat, dan rencana kegiatan program disampaikan secara jelas dan terstruktur.

Selanjutnya, edukasi gizi diberikan melalui penyuluhan kelompok yang mencakup materi tentang pola makan sehat, kebutuhan nutrisi ibu hamil, dan langkah-langkah pencegahan KEK. Materi penyuluhan dirancang untuk mudah dipahami dan relevan dengan kondisi lokal, sehingga peserta dapat langsung menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Pemantauan kesehatan ibu hamil dilakukan secara berkala untuk mengukur berat badan, tinggi badan, dan status gizi. Data yang diperoleh digunakan sebagai indikator keberhasilan program dan sebagai dasar untuk memberikan rekomendasi yang lebih spesifik sesuai dengan kondisi masing-masing peserta.

Sebagai upaya pemberdayaan masyarakat, keluarga ibu hamil dilibatkan dalam penyusunan menu makanan bergizi dengan memanfaatkan potensi lokal. Pendekatan ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan keluarga dalam memenuhi kebutuhan gizi ibu

hamil secara mandiri dan berkelanjutan. Bahan edukasi berupa leaflet dan media audiovisual disiapkan sesuai dengan kebutuhan masyarakat Dusun Tundung. Media ini dirancang agar informatif dan menarik, sehingga dapat meningkatkan pemahaman dan minat peserta terhadap materi yang disampaikan. Instrumen yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi alat ukur berat badan, tinggi badan, dan formulir pencatatan status gizi ibu hamil. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi langsung, wawancara terstruktur, dan kuesioner yang diberikan kepada ibu hamil dan keluarga. Selain itu, data pendukung diperoleh dari laporan Puskesmas Mantang untuk memperkaya analisis.

Data yang dikumpulkan dianalisis secara deskriptif untuk mengidentifikasi perubahan status gizi ibu hamil sebelum dan setelah intervensi. Hasil analisis ini menjadi dasar untuk mengevaluasi keberhasilan program, yang dilakukan dengan membandingkan prevalensi KEK sebelum dan setelah kegiatan pengabdian. Selain itu, feedback dari peserta juga digunakan untuk menilai efektivitas program dan menyusun rekomendasi untuk pengembangan lebih lanjut.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Kegiatan ini dilakukan pada tanggal 2 sampai 18 Desember 2024 di rumah kader di dusun Tundung oleh 25 ibu hamil. Hasil dari kegiatan ini menunjukkan adanya peningkatan status gizi ibu hamil setelah dilakukan intervensi edukasi gizi. Berdasarkan data yang dikumpulkan, terdapat peningkatan rata-rata berat badan ibu hamil sebesar 1,5-2 kg dalam kurun waktu dua bulan setelah intervensi. Selain itu, proporsi ibu hamil dengan status gizi normal meningkat dari 40% menjadi 68%.

Partisipasi aktif masyarakat dan keluarga, khususnya dalam penyusunan menu bergizi berbasis potensi lokal, memberikan kontribusi signifikan terhadap keberhasilan program. Responden melaporkan peningkatan pengetahuan tentang pola makan sehat dan kebutuhan nutrisi selama kehamilan. Dari wawancara dengan ibu hamil, sebagian besar menyatakan bahwa penyuluhan dan penggunaan media audiovisual sangat membantu dalam memahami materi yang diberikan.

Hasil pemantauan secara berkala juga menunjukkan penurunan prevalensi KEK dari 28% menjadi 12% di antara subjek penelitian. Hal ini sejalan dengan temuan bahwa keterlibatan keluarga, terutama suami, dalam mendukung asupan makanan ibu hamil memiliki dampak positif terhadap peningkatan status gizi. Feedback dari peserta menunjukkan bahwa bahan edukasi berupa leaflet dan media audiovisual dianggap relevan dan mudah dimengerti. Peserta juga menyarankan agar program serupa dapat dilanjutkan dengan melibatkan lebih banyak komunitas dan memperluas cakupan materi edukasi.



Gambar 1: Evaluasi Pemahaman responden

Secara keseluruhan, program ini berhasil mencapai tujuan utamanya yaitu meningkatkan status gizi ibu hamil dan menurunkan prevalensi KEK. Temuan ini mendukung hipotesis awal bahwa edukasi gizi berbasis partisipasi masyarakat efektif dalam mengatasi masalah gizi ibu hamil, terutama di wilayah dengan risiko tinggi KEK.

Tabel 1: Hasil Penelitian

Indikator	Sebelum Intervensi	Setelah Intervensi
Rata-rata peningkatan berat badan	-	1,5-2 kg
Proporsi status gizi normal	40%	68%
Prevalensi KEK	28%	12%
Partisipasi keluarga dalam program	Rendah	Tinggi
Pemahaman tentang pola makan sehat	Rendah	Tinggi

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan keterkaitan yang kuat dengan tujuan awal yang dijelaskan dalam pendahuluan. Tujuan utama kegiatan ini adalah meningkatkan status gizi ibu hamil dan menurunkan prevalensi KEK melalui edukasi gizi yang melibatkan partisipasi aktif masyarakat. Hasil menunjukkan bahwa program edukasi gizi berhasil meningkatkan rata-rata berat badan ibu hamil, proporsi status gizi normal, dan menurunkan prevalensi KEK. Hal ini mengindikasikan bahwa tujuan program tercapai secara signifikan. Secara ilmiah, hasil ini dapat dijelaskan melalui pendekatan partisipasi aktif masyarakat dan keluarga dalam program edukasi gizi. Keterlibatan langsung keluarga, khususnya dalam penyusunan menu makanan bergizi, memberikan kontribusi signifikan dalam meningkatkan pemahaman dan kemampuan ibu hamil untuk memenuhi kebutuhan gizinya. Temuan ini konsisten dengan teori bahwa dukungan sosial dan lingkungan memegang peran penting dalam keberhasilan intervensi gizi.

Hasil ini juga sejalan dengan penelitian lain yang menunjukkan bahwa pendekatan berbasis komunitas efektif dalam meningkatkan status gizi ibu hamil. Penelitian sebelumnya

melaporkan bahwa keterlibatan keluarga dan masyarakat lokal memperkuat keberhasilan intervensi gizi, terutama dalam populasi berisiko tinggi. Namun, perbedaan dalam temuan ini terletak pada penggunaan media audiovisual sebagai bahan edukasi, yang ternyata memberikan dampak positif signifikan terhadap pemahaman peserta. Perbedaan lain yang dapat dicatat adalah penggunaan metode penyuluhan kelompok yang disesuaikan dengan konteks lokal. Penyesuaian ini memastikan materi yang disampaikan lebih relevan dan mudah diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini menjadi nilai tambah dibandingkan pendekatan standar yang mungkin kurang mempertimbangkan aspek lokalitas. Secara keseluruhan, program ini tidak hanya konsisten dengan teori dan penelitian sebelumnya, tetapi juga memberikan kontribusi baru dengan menunjukkan pentingnya inovasi dalam bahan edukasi dan pendekatan berbasis partisipasi komunitas.

4. KESIMPULAN

Program edukasi gizi yang dilaksanakan di Dusun Tundung berhasil meningkatkan status gizi ibu hamil dengan risiko Kekurangan Energi Kronis (KEK) melalui pendekatan partisipatif yang melibatkan masyarakat dan keluarga. Hasilnya, terjadi peningkatan rata-rata berat badan ibu hamil sebesar 1,5-2 kg, serta peningkatan proporsi ibu hamil dengan status gizi normal dari 40% menjadi 68%, sementara prevalensi KEK menurun dari 28% menjadi 12%. Keberhasilan ini didorong oleh keterlibatan aktif keluarga dalam menyusun menu bergizi berbasis potensi lokal, serta penggunaan media edukasi yang relevan dan mudah dipahami. Program ini menunjukkan bahwa pendekatan berbasis partisipasi masyarakat efektif dalam meningkatkan kesadaran dan pemahaman mengenai pentingnya gizi seimbang selama kehamilan.

REFERENSI

- Damajanti, M. (2020). *Buku Pedoman Penanggulangan KEK Pada Ibu Hamil*. Jakarta: Direktorat Jendral Bina Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak Kemenkes RI.
- Dinas Kesehatan NTB. (2022). *Pelayanan Kesehatan pada Ibu Hamil, Ibu Bersalin dan Ibu Nifas di Provinsi NTB*. Mataram. Retrieved from <https://data.ntbprov.go.id/dataset/pelayanan-kesehatan-pada-ibu-hamil-ibu-bersalin-dan-ibu-nifas-di-provinsi-ntb>
- Fikri, L. H., & Isnaeni, W. (2023). *Profil Kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Barat Tahun 2022*.
- Puskesmas Mantang. (2023). *Register Ibu Hamil*.
- Sebastian, F. M. G., Mercado, W. A., Rondaris, M. V. A., Regal, M. A. S., & Gemira, E. C. (2022). Strengthening Nutrition Knowledge of Pregnant Women Through Nutrition Education During Public Health Emergencies. *Journal of Medicine, University of Santo Tomas*, 6(1), 906–915. <https://doi.org/10.35460/2546-1621.2021-0091>