

PENGARUH PEMBERIAN EDUKASI KESEHATAN TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP PADA IBU HAMIL KEKURANGAN ENERGI KRONIS (KEK) DI WILAYAH PUSKESMAS POLONIA TAHUN 2025

Esra E Sinaga¹, Ariska Fauzianty², Nova Christina Sianturi³, Tati Yustina⁴, Tria Julita⁵,
Heppy Murni Laoli⁶, Rohanita Manik⁷

^{1,2,3,4,5,6,7} Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Husada Medan

Email: 2219201128@mitrahusada.ac.id, ariskafauzianty@mitrahusada.ac.id,
novachristina@mitrahusada.ac.id, 2519201829@mitrahusada.ac.id,
2519201706@mitrahusada.ac.id, 2519201707@mitrahusada.ac.id,
rohanitamanik@mitrahusada.ac.id

ABSTRAK

Seorang wanita hamil memerlukan asupan nutrisi yang lebih tinggi. Selain guna mencukupi kebutuhan biologis pribadinya, ia pun wajib menjamin ketersediaan gizi bagi janin dalam kandungan. Meskipun nutrisi sangat krusial selama masa mengandung, faktanya masih banyak ibu hamil yang kurang memprioritaskan asupan makanan sehingga memicu beragam gangguan gizi. Salah satu persoalan gizi yang dominan di negara Indonesia meliputi Kekurangan Energi Kronis (KEK). KEK merupakan suatu keadaan saat individu mengalami defisit nutrisi (energi dan protein) yang berlangsung dalam durasi lama atau kronis, yang diidentifikasi melalui angka LILA <23,5 cm. Penyuluhan kesehatan mengenai gizi seimbang dilakukan guna memperbaiki pemahaman serta perilaku ibu hamil dengan KEK agar kualitas asupan nutrisi mereka meningkat. Tujuan: Untuk menganalisis dampak edukasi kesehatan terhadap tingkat pengetahuan dan sikap terkait fenomena Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada ibu hamil di lingkup wilayah Puskesmas Polonia. Metode: Studi ini memakai desain kuantitatif melalui metode *quasi experimental* dengan model *non-equivalent control group pre-test post-test design*. Total subjek penelitian mencapai 40 individu, yang terbagi ke dalam kelompok kontrol dan kelompok intervensi masing-masing sebanyak 20 orang. Prosedur penarikan sampel menerapkan *non-probability sampling* melalui teknik *purposive sampling*. Kelompok kontrol diberikan media leaflet serta pengisian kuesioner pada awal dan akhir sesi, sementara kelompok intervensi memperoleh edukasi kesehatan melalui metode ceramah yang didukung oleh media video dan leaflet. Hasil Penelitian: Berdasarkan analisis statistik memakai uji *Wilcoxon marginal homogeneity*, diperoleh skor *P-value* sebesar 0.000 ($p < \alpha = 0.05$) untuk variabel pengetahuan maupun sikap. Kesimpulan dan Saran: Terdapat perubahan pada aspek pengetahuan dan sikap responden pasca pemberian edukasi kesehatan. Hal ini memberikan referensi bagi para ibu hamil dengan risiko KEK agar senantiasa memperhatikan kualitas asupan gizinya selama masa kehamilan.

Kata Kunci: Kekurangan Energi Kronis (KEK), Edukasi, Pengetahuan, Sikap, Asuhan Kebidanan

ABSTRACT

A pregnant woman requires a higher intake of nutrients. In addition to meeting her own nutritional needs, she must also ensure adequate nutrition for her developing fetus. While nutrition is vital during pregnancy, many expectant mothers still pay insufficient attention to their dietary intake, leading to various nutritional complications. One of the primary nutritional challenges in Indonesia is Chronic Energy Deficiency (CED/KEK). CED is a condition characterized by a long-term or chronic deficiency of nutrients (calories and protein), identified by a Mid-Upper Arm Circumference (MUAC/LILA)

measurement of less than 23.5 cm. Providing health education on balanced nutrition aims to improve the knowledge and attitudes of pregnant women suffering from CED to enhance their nutritional intake. Objective: To determine the influence of health education on the knowledge and attitudes regarding Chronic Energy Deficiency (CED) among pregnant women in the Caile Community Health Center (Puskesmas) P. Methods: This study isolonia a quantitative research using a quasi-experimental method with a non-equivalent control group pre-test post-test design. The total number of respondents was 40 individuals, divided into a control group and an intervention group, each consisting of 20 people. The sampling technique utilized non-probability sampling, specifically purposive sampling. The control group was provided with leaflets and questionnaires before and after the observation, while the intervention group received health education through lectures supported by educational media in the form of leaflets and videos. Results: Statistical analysis using the Wilcoxon marginal homogeneity test for knowledge and attitude levels yielded a P-value of 0.000 ($p < \alpha = 0.05$).

Conclusion and Suggestions: There was a significant increase in knowledge and attitudes following the health education intervention. This provides a clear framework for pregnant women suffering from Chronic Energy Deficiency (CED) to consistently maintain their nutritional intake during pregnancy.

Keywords: Chronic Energy Deficiency (CED), Education, Knowledge, Attitude, Midwifery Care

PENDAHULUAN

Kekurang Energi Kronis (KEK) pada masa kehamilan yang diawali dengan kejadian “risiko” KEK dan ditandai oleh rendahnya cadangan energi dalam jangka waktu cukup lama yang diukur dengan Lingkar Lengan Atas (LiLA) kurang dari 23,5 cm atau Indeks Massa Tubuh (IMT) pra hamil atau Trimester I (usia kehamilan ≤ 12 minggu) dibawah 18,5 kg/m². Indeks Massa Tubuh (IMT) adalah perbandingan antara berat badan (dalam kg) dengan tinggi badan (dalam meter), perhitungan $BB/(TB)^2$ (kg/m²).

Sustainable Development Goals (SDGs) menargetkan penurunan undernutrition melalui Goal 2 (Zero Hunger) yang bertujuan mengakhiri kelaparan dan mencapai keamanan pangan serta nutrisi yang lebih baik, serta Goal 3 (Good Health and Well-being) yang fokus pada pengurangan mortalitas maternal menjadi kurang dari 70 per 100.000 kelahiran hidup pada 2030. Target Nutrisi Global WHO 2025 juga mencakup pengurangan 40% kasus stunting anak dan peningkatan nutrisi maternal, termasuk pencegahan KEK pada ibu hamil melalui edukasi dan suplementasi. (SDGs, 2024)

Menurut World Health Organization (WHO), malnutrisi kronis seperti KEK berkontribusi terhadap 45% kematian anak di bawah usia lima tahun secara global, dengan dampak signifikan pada kesehatan maternal di wilayah Asia Tenggara. Pada tahun 2024, WHO melaporkan bahwa sekitar 149 juta anak mengalami stunting akibat undernutrition maternal, termasuk KEK, yang menekankan perlunya intervensi nutrisi dini selama kehamilan. (Goals, 2025)

Puskesmas berfungsi sebagai fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama yang mengoordinasikan berbagai upaya kesehatan, mulai dari aspek promotif dan preventif hingga kuratif, rehabilitatif, dan paliatif di wilayah operasionalnya. Upaya kesehatan ini mencakup rangkaian kegiatan terpadu yang dilaksanakan secara berkesinambungan oleh pemerintah bersama masyarakat demi meningkatkan derajat kesehatan publik. Sebagai Unit Pelaksana Teknis Dinas (UPTD) di bawah naungan Dinas Kesehatan Kabupaten/Kota, Puskesmas memegang peranan strategis dalam menjalankan tugas teknis operasional dan menjadi garda terdepan dalam pembangunan kesehatan nasional.

Dalam konteks kesehatan ibu dan anak, pemenuhan nutrisi yang adekuat selama masa mengandung sangat krusial untuk menjamin kebutuhan gizi tercukupi. Jika asupan nutrisi ibu tidak terpenuhi secara kualitas maupun kuantitas, proses peningkatan berat badan ibu dan perkembangan janin akan mengalami hambatan. Kondisi tersebut berpotensi besar memicu berbagai gangguan kesehatan bagi ibu dan bayi. Wanita hamil dengan status kesehatan dan gizi yang buruk memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami persalinan prematur, melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR), hingga menghadapi komplikasi serius yang mengancam nyawa. Fenomena defisiensi makronutrien dan mikronutrien ini umumnya bermanifestasi dalam bentuk Kekurangan Energi Kronis (KEK).

METODE

Penelitian ini menerapkan desain deskriptif observasional dengan pendekatan survei lapangan yang berfokus pada objek primer ibu hamil di wilayah kerja UPT Puskesmas Polonia dengan lokasi penelitian di UPT Puskesmas polonia selama periode 28 April hingga 24 Mei 2025.

Teknik Pengumpulan Data: Data Sekunder: diperoleh melalui laporan kinerja puskesmas, data demografi, dan profil puskesmas tahun 2024.

Data Primer: Diperoleh melalui kegiatan survei langsung, dilakukan dengan teknik observasi klinis dan pengukuran antropometri: Pengukuran LILA (Lingkar Lengan Atas): Digunakan untuk mengidentifikasi risiko KEK jika ukuran < 23,5 cm, Pengukuran Berat Badan dan Tinggi Badan: Untuk memantau status gizi dan pertambahan berat badan selama kehamilan. Wawancara/Konseling:

Menggunakan pendekatan edukasi gizi untuk menilai pengetahuan dan perilaku makan ibu Tahapan Kegiatan: Dimulai dari

tahap pengumpulan data, analisis masalah menggunakan metode grafik (seperti cakupan K1 dan K6), hingga penyusunan rencana pemecahan masalah (intervensi) Data yang terkumpul kemudian dianalisis menggunakan metode Analisis Univariat Deskriptif untuk menentukan distribusi frekuensi variabel kejadian KEK, tingkat pengetahuan, dan sikap ibu hamil dengan dukungan perangkat lunak Microsoft Excel dan SPSS. Tahapan ini diakhiri dengan interpretasi data melalui formulasi persentase yang presisi guna menghasilkan kesimpulan yang valid, reliabel, dan sesuai dengan batasan lingkup kajian yang telah ditetapkan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Studi ini memaparkan data temuan dari identifikasi persoalan mengenai dampak penyampaian edukasi kesehatan terhadap tingkat pemahaman serta sikap ibu hamil yang mengalami kondisi tersebut. kekurangan energi kronis (KEK) di puskesmas polonia yang telah dilaksanakan serta pada ibu hamil yang mencakup profil morbiditas tahunan. Data diolah secara univariat untuk memberikan gambaran komprehensif mengenai distribusi frekuensi variabel penelitian di UPT Puskesmas polonia.

A. Analisis Univariat

Berdasarkan pengumpulan data sekunder dari laporan Kesehatan Ibu dan Anak tahun 2024 dan data primer selama periode penelitian (April–Mei 2025). ibu hamil yang teridentifikasi kekurangan energi kronis (KEK)

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Kejadian Anemia Ibu Hamil Tahun 2023-2025

Kategori Anemia Per tahun	Frekuensi (n)	Persentase (%)
KEK Pada tahun 2023	0	0%
KEK Pada tahun 2024	14	50%
KEK Pada tahun januari-mei 2025	12	100%
Total	26	100%

Sumber: Laporan Kesehatan Ibu dan Anak UPT Puskesmas Polonia (2025)

Selain data morbiditas, penelitian ini mengevaluasi Dist'ribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan dan sikap Ibu Hamil di wilayah kerja puskesmas Polonia

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil di wilayah kerja puskesmas Polonia

Kategori Pengetahuan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Baik	10	27.8%
Cukup	9	25.0%
Kurang	17	47.2%
Total	36	100%

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tingkat Sikap Ibu Hamil di wilayah kerja puskesmas Polonia

Kategori Pengetahuan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Baik	18	50.0%
Cukup	15	40.0%
Kurang	3	10.0%
Total	36	100%

B. Pembahasan

Profil Morbiditas dan Kesenjangan Program Temuan penelitian menunjukkan bahwa terdapat 26 kekurangan energi kronis sepanjang tahun 2024 – 2025

januari- mei di wilayah kerja UPT Puskesmas Polonia. cakupan Pemberian Tablet Zat Besi di UPT Puskesmas Medan Polonia mengalami penurunan di tahun 2024 hal ini kemungkinan disebabkan karena pencatatan dan pelaporan dari jejaring dan jaringan tidak terlapor sehingga jumlah cakupan pemberian zat besi pada ibu hamil terlapor belum memenuhi target. Pemberian tablet tambah darah merupakan indikator standar pelayanan yang wajib dilakukan pada pelayanan antenatal care sehingga ibu hamil yang melakukan pemeriksaan kehamilan akan mendapatkan tablet tambah darah sesuai dengan kebutuhannya.

Upaya pencegahan dan penanggulangan masalah nutrisi dapat dilakukan melalui salah satu langkah strategis berupa edukasi gizi. Pemberian edukasi tersebut terbukti dapat meningkatkan pemahaman gizi serta asupan energi dan protein bagi sasarannya (Amalia & Nugraheni, 2018). Hal ini mengindikasikan bahwa intervensi edukasi efektif digunakan untuk memperluas wawasan masyarakat, khususnya pada kelompok ibu hamil.

Temuan tersebut sejalan dengan hasil uji statistik yang menunjukkan bahwa penggunaan *booklet* oleh bidan berpengaruh berdampak secara berarti terhadap taraf pemahaman dalam upaya meminimalkan risiko Kurang Energi Kronis (KEK)."dengan nilai 0,006 ($p < 0,05$). Selain itu, sikap ibu dalam mengantisipasi KEK juga menunjukkan pengaruh yang signifikan dengan nilai 0,003 ($p < 0,05$). Dengan demikian, edukasi menggunakan media *booklet* memiliki dampak nyata terhadap tingkat pengetahuan dan sikap ibu hamil mengenai KEK di wilayah kerja Puskesmas Penujak (Thulu'ul, 2023).

Berdasarkan teori dari Benjamin Bloom, pengetahuan didefinisikan sebagai hasil dari proses tahu yang muncul setelah individu melakukan pengindraan terhadap

suatu objek (Puspita, Suprihatin, & Indrayani, 2022). Efektivitas media penyuluhan sangat bergantung pada keterlibatan panca indera, sehingga pesan yang disampaikan menjadi lebih mudah dipahami oleh audiens. Peneliti berasumsi bahwa pemberian penyuluhan kesehatan mampu menambah tingkat pengetahuan dan sikap ibu hamil dengan KEK mengenai pola gizi seimbang, yang terlihat dari peningkatan nilai ke kategori baik dan positif setelah intervensi diberikan.

Perubahan tersebut dipengaruhi oleh teknik penyampaian serta metode pendidikan kesehatan yang diterapkan. Keberhasilan ini tidak hanya bergantung pada keaktifan pemateri, tetapi juga partisipasi ibu hamil dalam menyimak konten melalui ceramah dan media video animasi yang menarik untuk menginformasikan jenis makanan yang dianjurkan maupun yang harus dihindari. Selain itu, penggunaan media *leaflet* yang mengombinasikan gambar dan pesan ringkas turut mempermudah penyerapan informasi bagi kelompok kontrol maupun intervensi. Secara keseluruhan, transformasi pengetahuan dan sikap ini dipicu oleh edukasi kesehatan yang diberikan, yang pada akhirnya meningkatkan kewaspadaan ibu hamil dalam menanggulangi risiko KEK (Fitri Asfiah, Karnasih, & Kemenkes Malang, 2025).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa angka kejadian kekurangan energi kronis pada ibu hamil 2024 – 2025 Januari- Pada bulan Mei di lingkup kerja UPT Puskesmas Polonia, tercatat sebanyak 26 kasus. Berdasarkan asumsi peneliti, pemberian edukasi kesehatan mampu memperluas wawasan dan memperbaiki sikap ibu hamil yang menderita Kurang Energi Kronis (KEK) terkait pola makan bergizi, guna mengatasi permasalahan KEK tersebut.

Teramati adanya kenaikan tingkat pengetahuan menjadi kategori baik dan perubahan sikap menjadi positif, yang terlihat dari selisih nilai sebelum dan sesudah intervensi pendidikan gizi seimbang.

Peneliti berpendapat bahwa hasil ini dipengaruhi oleh teknik penyampaian serta metode pendidikan kesehatan yang diterapkan. Dalam prosesnya, interaksi tidak hanya bersifat satu arah dari pemateri, melainkan juga didukung oleh keaktifan ibu hamil dalam menyimak serta mencerna informasi yang disajikan melalui media video dan ceramah. Peneliti mengemas edukasi tersebut dalam bentuk video animasi yang menarik, sehingga efektif dalam menambah pemahaman ibu hamil mengenai jenis makanan yang wajib dikonsumsi maupun yang harus dibatasi selama masa kehamilan.

Saran

1. Motivasi bagi ibu hamil dengan risiko Kekurangan Energi Kronis (KEK) untuk senantiasa memantau dan mempertahankan kualitas asupan nutrisinya selama masa kehamilan.
2. Penelitian ini berkontribusi dalam memperkaya literatur ilmiah terkait faktor-faktor pemicu KEK, yang bermanfaat sebagai sumber informasi tidak hanya bagi kelompok ibu hamil, namun juga bagi wanita pada umumnya dalam upaya pencegahan defisiensi energi.
3. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi akademis serta bahan pertimbangan yang relevan bagi peneliti selanjutnya yang ingin mendalami atau mengembangkan topik yang berkaitan dengan permasalahan gizi pada ibu hamil.

REFERENSI

- Goals, S. D. (2025). *World health statistics 2025*.
- Herliani, Y., Efriani, R., Khodijah, U. P., Sundari, A., & Yolanda, S. (n.d.). *BUKU AJAR*.
- Indonesia, P. K. (2024). *Profil Kesehatan Indonesia*.
- Indonesia, S. K. (2023). *Dalam angka*.
- SDGs. (2024). *The Sustainable Development Goals Extended Report 2024*. April.
- Fitri Asfiyah, L., Karnasih, I. and Kemenkes Malang, P. (2025) "Hubungan PMT Pada Ibu Hamil KEK Dengan Status Gizi Dan Berat Badan Lahir Bayi," *Jember Maternal and Child Health Journal*, 2(1), pp. 26–32.
- Retni, A., & Puluhulawa, N. (2021). Pengaruh Pengetahuan Ibu Hamil Terhadap Keadaan Kekurangan Energi Kronik Di Wilayah Kerja Puskesmas Batudaa Patai. *Zaitun (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 9(1), 952–964.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Suhardi, M. (2021). *Buku ajar dasar metodologi penelitian*. Pusat pengembangan pendidikan dan penelitian Indonesia.
- Suhita, T.,rifda, N., ruri,M & waytherlis,A.(2023) hubungan pengetahuan dan paritas dengan kunjungan kelas ibu hamil di wilayah kerja puskesmas muara kelingi kabupaten musi rawas. *journal of midwifery*, 10(2).
- Sukesih, Usman, Setia Budi, & Sari, D. N. A. (2022). Pengetahuan dan Sikap Mahasiswa Kesehatan Tentang Pencegahan Covid-19 di Indonesia. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 11 (2), 258–264.
- Mukaddas, H., Salma, W. O., & Bhinekada, M. C. (2021). Factors Related to Chronic Deficiency in Pregnant Mothers in the Konawe District, Indonesia. *Journal of Research Development in Nursing and Midwifery*, 18 (2), 18–20.
- Murniati, Herwati, & Sasmita, H. (2022). *Upaya peningkatan pengetahuan pasien DM tipe II melalui pengaturan diet dan senam kaki*. Penerbit NEM.