

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Konsep Dasar Pendampingan Gizi

2.1.1. Pengertian

Pendampingan gizi merupakan kegiatan dukungan dan layanan bagi keluarga dengan tujuan membantu mencegah dan mengatasi masalah gizi anggota keluarga. Memberikan perhatian, menyampaikan pesan, memotivasi, mengajak, memberikan pemikiran/solusi, menyampaikan layanan/bantuan, memberikan nasehat, merujuk, menggerakkan dan bekerjasama pada keluarga merupakan cara yang dapat dilakukan selama pendampingan (Adfar et al., 2022)

Terkait dengan pemberian nutrisi pada ibu hamil, diperlukan informasi yang lebih mendalam kepada ibu hamil. Pendampingan berupa pemberian pengetahuan nutrisi yang cukup dapat membantu seseorang belajar bagaimana menyimpan, mengolah, serta menggunakan bahan makanan yang berkualitas untuk dikonsumsi. (Nurvembrianti et al., 2021)

Pelatihan gizi bersama kader dan tenaga kesehatan merupakan kegiatan dukungan dan layanan bagi keluarga sehingga mereka bisa mencegah dan mengatasi masalah gizi. Kader dan tenaga kesehatan dilatih menjadi komunikator local untuk melakukan promosi kesehatan menyampaikan informasi mengenai pencegahan KEK dengan KIE (Komunikasi, Informasi, dan Edukasi) tentang pencegahan dan penanggulangan KEK. Dengan promosi kesehatan tersebut pengetahuan ibu hamil tentang gizi hamil dapat meningkat. (Simbolon et al., 2019)

Edukasi online dapat menunjang proses pembelajaran dengan dukungan teknologi yang ada, dimana generasi milenial merupakan net-generation yang biasa disebut generasi techo-literate. Mereka memiliki ketergantungan yang tinggi dengan teknologi informasi di dalam menjalankan kegiatan harinya. Media edukasi online tidak hanya dapat dilakukan dengan metode ceramah seperti webinar, tetapi juga bias menggunakan beberapa media seperti Booklet dan video. (Hikmiah et al., 2021)

2.1.2. Metode Pendampingan

Metode pendampingan ada 2 model, yaitu secara langsung dan tidak langsung. Pendampingan langsung dilakukan secara tatap muka dengan menerapkan protokol kesehatan, sedangkan pendampingan secara tidak langsung dilakukan dengan menggunakan alat bantu handphone melalui aplikasi whatsapp. (Cahyati et al., 2021)

Pendampingan secara langsung bisa dilakukan dengan cara pemberian makanan tambahan (PMT) berupa biskuit kepada ibu hamil, yang telah disediakan dari pihak tenaga kesehatan (Adfar et al., 2022). Pendampingan dengan metode asuhan kebidanan berkesinambungan (Continuity of Midwifery Care/ComC), yang dapat memberikan asuhan berkualitas tinggi (Hevrialni & Sartika, 2021)

Pendampingan secara tidak langsung dilakukan melalui daring dengan menggunakan platform WA video call secara grup (Fitriana & Revika, 2022). Pendampingan tidak langsung dengan memberikan edukasi online melalui grup whatsapp, tidak hanya dilakukan dengan metode ceramah seperti webinar tetapi juga dapat menggunakan beberapa media seperti booklet (Hikmiah et al., 2021)

Edukasi online dapat menunjang proses pembelajaran, generasi milenial merupakan net-generation yang biasa disebut juga dengan techno-literate, mereka sangat bergantung pada teknologi informasi dalam operasionalnya sehari-hari. Edukasi online dapat menunjang proses pembelajaran dengan dukungan teknologi media yang ada. Media social dapat dijadikan sebagai sarana edukasi online karena banyak digunakan di kalangan generasi milenial saat ini (Hikmiyah et al., 2021)

2.1.3. Media Pendampingan

Media adalah sarana komunikasi dalam bentuk cetak maupun pandang dengar, termasuk teknologi perangkat kerasnya (Rohani, S.Ag., 2020)

Pendampingan atau dikenal dengan istilah mentoring biasanya melibatkan bimbingan dari seorang individu yang lebih berpengalaman atau senior (Putra.Hendi.S, 2020). Ada beberapa beberapa jenis media antara lain :

1. Media Booklet

Media booklet merupakan salah satu media yang dapat digunakan sebagai sara alat bantu, saluran, dan sumber daya pendukung untuk menyampaikan pesan kesehatan dalam bentuk buku, berupa tulisan maupun gambar. Materi dan istilah-istilah gizi ibu hamil dalam booklet dibuat dengan Bahasa yang sederhana agar mudah dipahami. Kelebihan booklet diantaranya yaitu dapat digunakan sebagai media atau alat untuk belajar mandiri karena bias di baca secara berulang, dapat di pelajari isinya dengan mudah, pembuatannya sederhana sehingga biaya relative murah. (Hikmiyah et al., 2021)

Media booklet merupakan salah satu media massa yang dijadikan sebagai media (alat peraga) ditujukan kepada banyak orang maupun umum. Booklet

adalah buku berukuran kecil yang di desain untuk mengedukasi pembaca dengan tips dan strategi untuk menyelesaikan suatu masalah.(Elok Faiqoh, 2021). Booklet bersifat sangat praktis untuk digunakan karena ukurannya yang lebih kecil dari pada sebuah buku (Nisa, 2021). Media booklet digunakan sebagai promosi kesehatan dalam kegiatan komunikasi, informasi, dan edukasi (Iqbal et al., 2022)

2. Media Video

Video merupakan salah satu media yang memiliki unsur audio dan visual gerak. Sebagai media pembelajaran video berperan sebagai pengantar informasi dan cara menyajikan informasi secara terstruktur menjadikan video termasuk salah satu media yang dapat meningkatkan kemampuan seseorang dalam memahami sebuah konsep (Nuraeni et al., 2017)

Media video adalah media yang populer di masyarakat, menggunakan media video terhadap pendampingan ibu hamil KEK dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu hamil terhadap gizi ibu hamil. Pesan yang di sampaikan di dalam video bisa bersifat fakta maupun fiktif yang bersifat informatif, edukatif maupun instruksional. Media video memiliki beberapa kelebihan yaitu dapat menarik perhatian dalam waktu yang singkat dari rangsangan luar lainnya, menghemat waktu serta dapat di putar secara berulang, keras lemah suara atau volumenya dapat diatur dan disesuaikan sendiri. (Hikmiyah et al., 2021)

3. Media Poster

Poster merupakan suatu sarana yang digunakan untuk menyampaikan informasi, gagasan atau sarana tertentu untuk merangsang keinginan orang

yang melihatnya untuk mengenali isi pesan yang disampaikan (Nurfadhillah et al., 2021). Poster merupakan salah satu media yang dapat menarik perhatian dan minat seseorang serta murah dari segi biaya produksi. Selain itu, poster dapat memudahkan penyebaran ide dengan lebih cepat dan efektif (Djonnaidi et al., 2021)

4. Media Leaflet

Leaflet adalah media berupa lembaran kertas yang diberi gambar dan tulisan (biasanya lebih banyak tulisan) pada kedua sisi kertasnya dan dilipat sehingga berukuran kecil dan nyaman untuk dibawa. Media ini berisi gambaran langsung mengenai permasalahan dan menjelaskan cara melakukan tindakan secara singkat dan sederhana (Aprilyani gea, 2019)

2.2. Konsep Dasar Status Gizi

2.2.1. Pengertian

Status gizi adalah suatu hal yang mempengaruhi kesuksesan dan kelangsungan kehamilan. Informasi nutrisi untuk ibu hamil juga mempengaruhi kejadian KEK. Status kesehatan dan gizi ibu selama hamil sangat menentukan tumbuh kembang anak di kemudian hari bahkan sampai seorang anak tersebut menjadi seorang ibu dan melahirkan seorang bayi, hal ini disebut siklus malnutrisi antargenerasi. (Mulyani et al., 2021)

Status gizi dapat didefinisikan sebagai keadaan tubuh akibat asupan makanan dan pemanfaatan zat gizi, yang dibedakan antara status gizi buruk, kurang, baik dan lebih. Status gizi adalah kondisi fisik seseorang atau masyarakat, yang dapat mencerminkan hasil makanan yang dikonsumsi, kemudian dicerna,

diserap, dipecah, kemudian disimpan dalam tubuh atau dikeluarkan (Octavia, 2021).

Status gizi ibu hamil merupakan salah satu factor yang dapat mempengaruhi kondisi kehamilan dan kesehatan janin (Novitasari et al., 2019). Status gizi baik adalah salah satu factor yang menentukan berhasilnya program pembangunan kesehatan juga perlu diberikan perhatian khusus agar tidak menderita kurang gizi (Hariyani farida., 2020). Pemantauan status gizi ibu hamil harus dilakukan secara berkala untuk mencegah kekurangan energy kronis dan komplikasi hamil. Penilaian status gizi diukur melalui kenaikan berat badan dan lingkaran lengan atas (Siti Mudlikah dkk., 2022)

Peningkatan kebutuhan gizi yang digunakan untuk pemenuhan gizi ibu dan janin selama di dalam perut ibu membuat ibu hamil menjadi salah satu kelompok rawan kekurangan gizi. Peningkatan kebutuhan selama proses kehamilan adanya peningkatan metabolisme energy dan zat gizi. Pada masa kehamilan, konsumsi makanan yang mengandung zat gizi dan non gizi sangat diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan janin, perubahan ukuran dan organ reproduksi, serta perubahan komposisi tubuh dan metabolisme ibu hamil (Kusumawati et al., 2022)

2.2.2. Metode Status Gizi

Menurut (Muhammad Iqbal, 2019) Penilaian status gizi seseorang terbagi menjadi 2 yaitu dengan metode secara langsung dan tidak langsung :

1. Secara Langsung
 - a. Antropometri

Secara umum antropometri mengacu pada ukuran tubuh manusia. Dari sudut pandang gizi, antropometri gizi adalah tentang mengukur dimensi tubuh yang berbeda dan komposisi tubuh pada berbagai usia dan tingkat gizi yang berbeda. Biasanya digunakan untuk mendeteksi ketidakseimbangan asupan protein dan energy. Ketidakseimbangan ini tercermin pada pola pertumbuhan fisik dan proporsi jaringan tubuh seperti lemak, otot, dan air.

b. Klinis

Studi klinis adalah metode yang sangat penting untuk menilai status gizi masyarakat. Cara ini didasarkan pada perubahan yang terjadi akibat kekurangan gizi. Hal ini dapat dilihat pada jaringan epitel (jaringan epitel superfisial) seperti kulit, mata, rambut dan selaput lender mulut, atau pada organ dekat permukaan tubuh, seperti kelenjar tiroid. Metode ini sering digunakan dalam uji klinis cepat, survey ini dirancang untuk mendeteksi secara cepat tanda-tanda klinis umum dari kekurangan salah satu atau lebih zat gizi. Selain itu, digunakan untuk mengetahui tingkat status gizi seseorang dengan melakukan pemeriksaan fisik yaitu tanda (sign) dan gejala atau riwayat penyakit.

c. Biokimia

Evaluasi biokimia nilai gizi adalah studi laboratorium terhadap sampel yang dibuat untuk berbagai jenis jaringan tubuh. Jaringan tubuh yang digunakan adalah darah, urine, feses dan juga berbagai jaringan tubuh seperti hati dan otot. Cara ini digunakan sebagai peringatan bahwa kemungkinan terjadi malnutrisi yang lebih parah. Banyak tanda klinis yang

kurang spesifik, sehingga penentuan fisiologi secara kimia mungkin lebih berguna dalam menentukan defisiensi nutrisi tertentu.

d. Biofisik

Penentuan nilai gizi secara biofisik merupakan suatu metode untuk menentukan status gizi dengan mengamati kapasitas fungsional (terutama jaringan) dan mengamati perubahan struktur jaringan. Secara umum, ini dapat digunakan dalam situasi tertentu, seperti epidemic rabun senja. Metode yang digunakan adalah uji adaptasi gelap

2. Secara Tidak Langsung

a. Survey Konsumsi

Survey asupan makanan merupakan suatu metode untuk mengetahui nilai gizi secara tidak langsung dengan melihat jumlah dan jenis makanan yang dikonsumsi. Secara umum, penelitian ini dapat memberikan gambaran mengenai konsumsi pangan yang berbeda-beda di masyarakat, keluarga, dan individu. Survey ini dapat digunakan untuk mengidentifikasi kelebihan atau kekurangan nutrisi.

b. Statistik Vital

Mengukur nilai gizi dengan statistik kependudukan terdiri dari analisis data dari beberapa statistik kesehatan, seperti angka kematian menurut usia, angka kesakitan dan kematian karena sebab tertentu, serta data terkait gizi lainnya. Pemanfaatannya dianggap sebagai bagian dari indikator tidak langsung yang mengukur status gizi suatu masyarakat.

c. Factor Ekologi

Malnutrisi merupakan masalah ekologi yang diakibatkan oleh interaksi beberapa factor lingkungan fisik, biologis dan budaya. Jumlah pangan yang tersedia sangat bergantung pada kondisi ekologi seperti iklim, tanah dan irigasi. Cara ini dinilai sangat penting untuk mengidentifikasi penyebab gizi buruk di masyarakat sebagai dasar pelaksanaan program intervensi gizi.

2.2.3. Penilaian Status Gizi Dengan Antropometri

Antropometri berasal dari kata anthropos dan meter. Anthropos artinya tubuh dan ukuran metro. Jadi, antropometri adalah pengukuran tubuh. Dari defisini tersebut dapat disimpulkan bahwa antropometri gizi berkaitan dengan berbagai macam pengukuran dimensi tubuh dan komposisi tubuh dari berbagai tingkat umur dan tingkat gizi. Berbagai jenis ukuran tubuh antara lain : BB, TB, LILA.

Terdapat beberapa keunggulan bila menggunakan pemeriksaan antropometri adalah:

1. Prosedurnya sederhana, aman dan dapat dilakukan dalam jumlah sampel yang besar.
2. Relatif tidak membutuhkan tenaga ahli, tetapi cukup dilakukan oleh tenaga yang sudah dilatih dalam waktu singkat dapat melakukan pengukuran antropometri. Kader posyandu dengan pelatihan singkat dapat melaksanakannya.
3. Alatnya murah, mudah dibawa, tahan lama, dapat dipesan dan dibuat di daerah setempat.

4. Metode ini dapat tepat dan akurat, karena dibakukan.
5. Dapat mendeteksi dan menggambarkan riwayat gizi di masa lampau.
6. Status gizi sedang, kurang, dan buruk umumnya dapat dideteksi karena adanya ambang batas yang jelas.
7. Pengukuran antropometri dapat menilai perubahan status gizi waktu ke waktu atau antar generasi.
8. Metode antropometri gizi dapat digunakan untuk penapisan kelompok yang rawan terhadap gizi.

Salah satu manfaat pengukuran LILA untuk mengetahui risiko kekurangan energi protein (PEM) pada ibu hamil. Pengukuran LILA digunakan karena cepat, sederhana dan murah. Pengukuran LILA mempunyai beberapa tujuan, yaitu :

1. Mengetahui risiko KEK ibu hamil, untuk memilah wanita yang mempunyai risiko melahirkan bayi dengan berat lahir rendah.
2. Meningkatkan perhatian dan kesadaran masyarakat agar lebih berperan dalam pencegahan dan penganggulangan KEK
3. Mengembangkan gagasan baru di kalangan masyarakat agar dapat meningkatkan kesejahteraan ibu dan anak.
4. Meningkatkan pesan petugas lintas sektoral dalam upaya perbaikan gizi ibu hamil yang mengalami KEK.
5. Mengarahkan pelayanan kesehatan pada kelompok ibu hamil yang menderita KEK.

Ambang batas LILA pada ibu hamil dengan risiko KEK di Indonesia adalah 23,5 cm apabila ukuran LILA >23,5 cm atau berada pada bagian pita berwarna merah, berarti wanita tersebut berisiko terkena KEK. Dengan mengukur

LILA, dapat diperoleh gambaran status gizi saat ini atau pada saat pengukuran (Muhammad Iqbal, 2019)

2.2.4. Pengetahuan Gizi

Pengetahuan gizi merupakan salah satu faktor yang merangsang terlaksannya perilaku kesehatan. Pengetahuan gizi dapat mempengaruhi konsumsi seseorang, dalam hal ini tingkat pengetahuan gizi mempengaruhi pemilihan bahan pangan yang tepat, serbaguna, seimbang dan sehat. Rendahnya pengetahuan tentang gizi selama kehamilan atau gangguan selama kehamilan yang kurang mendapat perhatian pada akhirnya dapat menimbulkan risiko yang tidak diinginkan. Kurangnya pengetahuan ibu hamil seringkali menyebabkan kematian baik bagi ibu maupun bayi yang dilahirkan, atau bahkan keduanya (Suryani & Nadia, 2022)

Pengetahuan yang dimiliki dapat mempengaruhi keputusan dan juga mempengaruhi perilaku ibu. Ibu yang memiliki pengetahuan tentang gizi yang baik, kemungkinan besar akan memberikan bayinya gizi yang cukup. Hal ini semakin penting ketika ibu mulai merasa mengidam ketika masa hamil, yang biasanya perut enggan dimasuki makanan apapun yang bergizi, karena rasa mual yang dirasakan, justru akan lebih memilih makanan dengan rasa segar dan asam. Bahkan dalam keadaan seperti ini, jika ibu mempunyai informasi yang baik, ia akan berusaha memenuhi kebutuhan nutrisinya dan juga bayinya (Listyarini & Fatmawati, 2020)

Pengetahuan merupakan hasil perolehan informasi dan terjadi setelah seseorang mempersepsikan suatu objek tertentu. Faktor yang mempengaruhi pengetahuan ialah umur, jenis kelamin, pendidikan, profesi, lingkungan, sosial

budaya, status ekonomi, sumber informasi. Pengetahuan ibu tentang gizi sangat penting, jika pengetahuan ibu baik tentang gizi selama hamil maka ibu tersebut akan memberikan asupan yang baik dan juga bergizi untuk janinya (B. D. Y. Putri et al., 2021)

Tingkat pengetahuan tentang gizi mempengaruhi kemampuan seseorang dalam memastikan gizi yang cukup bagi dirinya, kondisi sosial ekonomi juga berpengaruh pada pemilihan jenis makanan serta kebiasaan hidup sehat. Dengan memiliki pengetahuan yang baik khususnya masalah kesehatan, seseorang dapat mengetahui berbagai macam gangguan kesehatan yang mungkin akan timbul selain itu dengan pengetahuan gizi yang cukup baik maka informasi yang diperoleh dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari untuk mengurangi terjadinya gangguan gizi (Ika Desi Amalia et al., 2021)

2.2.5. Pengukuran Lingkar Lengan Atas

Lingkar lengan atas merupakan salah satu pilihan penentuan status gizi karena mudah dilakukan dan tidak memerlukan peralatan yang sulit didapat. Pengukuran LILA merupakan salah satu cara untuk mengetahui risiko kekurangan energi protein pada wanita usia subur. Pengukuran LILA tidak dapat memantau perubahan status gizi dalam jangka waktu dekat, pengukuran LILA digunakan karena pengukurannya sangat sederhana dan dapat dilakukan siapa saja (Ansori, 2020).

Salah satu cara menilai status gizi ibu hamil adalah dengan mengukur Lingkar Lengan Atas (LILA), dimana ibu hamil dengan gizi baik memiliki LILA $\geq 23,5$ cm, dan ibu hamil dengan gizi buruk memiliki LILA $\leq 23,5$ cm (Adriati & Chloranyta, 2022). Salah satu pengukuran status gizi dengan pita LILA dan

memiliki batas ambang LILA dengan risiko kekurangan energi kronis (KEK) adalah 23,5 cm. pencegahan risiko KEK pada ibu hamil sebaiknya sebelum hamil memiliki LILA $\geq 23,5$ cm (Elsi Oktavianti et al., 2022)

Pengukuran LILA memberikan gambaran tentang keadaan jaringan otot dan lemak dibawah kulit, sehingga penurunan LILA menunjukkan penurunan massa otot atau jaringan adiposa, atau keduanya yang dapat digunakan sebagai parameter untuk menilai risiko KEK. Pada wanita hamil pengukuran LILA dilakukan dengan cara meregangkan pita pengukur dalam keadaan rileks di sekitar titik tengah antara tulang akromion dan olekranon lengan kiri, dengan titik tengah diukur sebelum lengan ditekuk 90 derajat (Kurdanti et al., 2020).

Pengukuran LILA sebagai alat yang cepat digunakan untuk memantau status gizi dan sangat berkorelasi dengan BMI. Ini telah diterapkan untuk merawat orang dewasa dalam pengelolaan sumber daya dan untuk memantau malnutrisi ibu hamil dan pertumbuhan janin. Dengan demikian, LILA memungkinkan penilaian asupan dan penyimpanan protein yang berhubungan dengan malnutrisi parah (Lestari & Saputro, 2022)

2.3. Konsep Dasar Gizi Seimbang

2.3.1. Pengertian Gizi Seimbang

Gizi seimbang adalah salah satu penentu kualitas sumber daya manusia. Kekurang gizi akan menyebabkan gagalnya pertumbuhan, perkembangan, menurunkan produktifitas kerja serta akan berakibat pada mortalitas dan morbiditas (Hidayah et al., 2020). Pada masa kehamilan ibu harus memperbanyak jumlah dan jenis makanan yang di konsumsi untuk memenuhi kebutuhan ibu dan untuk memproduksi ASI. Oleh karena itu, gizi seimbang memegang peranan

penting dalam memenuhi gizi ibu selama hamil, baik bagi ibu maupun menunjang pertumbuhan dan perkembangan janin (Sulistiawati & Septiani, 2022)

Kehamilan meningkatkan metabolisme energi, sehingga kebutuhan energi dan zat gizi lainnya meningkat selama kehamilan. Peningkatan energi dan nutrisi ini diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan janin, peningkatan ukuran organ rahim, perubahan komposisi dan metabolisme tubuh ibu. Kekurangan atau kelebihan makanan saat hamil dapat menimbulkan dampak yang berbahaya bagi ibu dan janin, status gizi ibu sebelum dan selama hamil dapat mempengaruhi perkembangan janin yang dikandung. (Rostina Afrida Pohan et al, 2022)

Gizi seimbang merupakan komposisi makanan sehari-hari yang mengandung zat gizi dengan jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, aktifitas fisik, pola hidup sehat, serta menjaga pola makan sehat dan berat badan normal untuk mencegah terjadinya masalah gizi (Dwi Fara et al., 2022)

2.3.2. Manfaat Gizi Seimbang

Mengonsumsi makanan yang mengandung gizi seimbang dan aman dapat meningkatkan sistem imun tubuh sehingga mengurangi risiko penyakit kronis dan penyakit menular. Pola makan yang sehat dan seimbang, yaitu termasuk sayur-sayuran dan buah-buahan segar berwarna hijau/merah/kuning, kacang-kacangan, biji-bijian, dan minyak zaitun murni yang menyediakan fitokimia bioaktif, mikronutrien, dan mineral seperti vitamin C, E, dan A serta seng, tembaga, dan selium (Nurkhayati & Sulingkar, 2021)

Nutrisi pada ibu hamil sangat penting karena selama hamil ibu akan merasakan banyak perubahan fisiologis yang terjadi. Perubahan fisiologis tersebut

antara lain bentuk tubuh, perubahan volume darah, perubahan hormonal, dan perubahan berat badan. Oleh karena itu, ibu hamil harus memperhatikan makanan yang dikonsumsinya agar janin yang ada di dalamnya dapat berkembang dengan normal (Yuliyanti et al., 2022)

Manfaat gizi seimbang untuk ibu hamil, yaitu :

1. Memenuhi kebutuhan gizi ibu hamil
2. Mencapai status gizi ibu hamil dalam keadaan normal sehingga dapat menjalani kehamilan dengan baik dan aman
3. Membentuk jaringan untuk tumbuh kembang janin dan kesehatan ibu
4. Mengatasi permasalahan selama kehamilan
5. Ibu memperoleh energi yang cukup untuk menyusui setelah kelahiran bayi

(Dwi Fara et al., 2022)

2.4. Konsep Dasar Kehamilan

2.4.1. Pengertian

Kehamilan adalah proses yang alamiah tetapi tidak menutup kemungkinan dapat berubah menjadi patologis dan jika hal ini tidak ditangani dengan tepat akan mengakibatkan kegawatdaruratan yang akan mengancam jiwa ibu dan janin. (Mulyani et al., 2021). Kehamilan merupakan proses fisiologis, pelayanan kebidanan pada masa kehamilan sangat penting bagi ibu untuk memantau perkembangan kehamilannya. Selama masa kehamilan system tubuh ibu mengalami perubahan yang signifikan, yang sering kali menimbulkan rasa tidak nyaman. (Bahriah et al., 2022)

Bertemunya sel telur dan sperma merupakan suatu peristiwa yang disebut dengan kehamilan. Hasil dari pertemuan tersebut akan bernidasi di dalam Rahim

selama beberapa waktu dan tumbuh kembang menjadi bayi. (Kebidanan et al., 2022). Kehamilan adalah serangkaian permulaan yang berkesinambungan yang dimulai dari ovulasi (pematangan sel), dilanjutkan dengan pertemuan sel telur (oosit), dan sperma sehingga terjadilah pembuahan dan pertumbuhan zigot dilanjutkan dengan pembuahan (implantasi) kedalam Rahim dan pembentukan plasenta dan tahap terakhir adalah tumbuh kembang hasil konsepsi sampai aterm. (Mardiana et al, 2022)

Kehamilan merupakan suatu hal yang wajar, suatu proses fisiologis. Namun jika tidak dilakukan asuhan yang tepat maka akan berujung pada komplikasi kehamilan yang apabila tidak bias diatasi akan berujung pada kematian ibu. Kehamilan dapat terjadi jika seorang wanita memiliki organ reproduksi yang sehat, kemudian mengalami siklus menstruasi dan telah melakukan hubungan seksual yang mengakibatkan wanita tersebut hamil. (Kasmiat et al, 2023)

2.4.2. Standar Pelayanan Antenatal Care

Pelayanan antenatal care (ANC) memegang peranan penting dalam menjamin kesehatan ibu selama masa kehamilan dan memastikan ibu dapat melahirkan di fasilitas kesehatan. Perawatan antenatal disediakan oleh petugas kesehatan baik yang bekerja di instansi pemerintah maupun swasta. (Dessy Elvira, 2019)

Standar pelayanan ANC adalah pelayanan yang dilakukan kepada ibu hamil dengan memenuhi kriteria 10 T. Bidan mempunyai peran dalam memberikan pelayanan proaktif, termasuk meningkatkan cakupan pelayanan antenatal (ANC). Pemeriksaan kehamilan minimal 6 kali, dilanjutkan dengan

pemeriksaan kehamilan yang dilakukan oleh tenaga medis, perawatan bayi baru lahir, pemeriksaan nifas, kunjungan neonatal, penanganan komplikasi dan pelayanan kontrasepsi yang dilakukan secara komprehensif. (Luh et al., 2023)

Pelayanan antenatal care merupakan pelayanan bagi ibu hamil untuk memantau dan menunjang kesehatan ibu serta mengetahui apakah ibu dalam keadaan sehat atau mempunyai masalah. Kehamilan melibatkan perubahan fisik dan emosional pada ibu serta perubahan sosial dalam keluarga, memantau perubahan fisik normal pada ibu dan pertumbuhan dan perkembangan janin, serta mendeteksi serta menatalaksanakan kondisi yang tidak normal dan menghasilkan kelahiran bayi yang cukup bulan. Oleh karena itu, pelayanan ANC merupakan upaya penting untuk memantau dan menunjang kesehatan ibu. (Sinambela & Hasibuan, 2019)

Menurut kementerian kesehatan pedoman pelayanan ANC terpadu, seorang bidan harus melakukan pelayanan sesuai standar 10 T yaitu :

1. Timbang berat badan dan tinggi badan
2. Ukur tekanan darah
3. Ukur LILA
4. Ukur tinggi fundus uteri (TFU)
5. Presentasi janin dan perhitungan denyut jantung janin
6. Pemeriksaan imunisasi TT
7. Pemberian tablet Fe 90 tablet
8. Pemeriksaan laboratorium (rutin/khusus)
9. Tatalaksana kasus/penanganan kasus
10. Temu wicara

(Rakhmah et al., 2021)

2.4.3. Tanda Bahaya Kehamilan

Tanda bahaya saat hamil merupakan tanda yang perlu di waspadai, ada bahaya yang bisa terjadi selama kehamilan yang jika tidak terdeteksi bisa berujung pada kematian ibu. Pada setiap pemeriksaan kehamilan harus diajarkan kepada ibu tentang bagaimana mengenali tanda bahaya kehamilan dan mendorongnya untuk segera datang ke tenaga kesehatan jika mengalami tanda tersebut. (Kebidanan et al., 2022)

Morbiditas dan mortalitas ibu hamil dapat dihindari apabila ibu hamil dan keluarga mampu mengenali tanda-tanda bahaya kehamilan dan mencoba untuk mencari pertolongan medis. Tanda bahaya saat hamil yang mungkin muncul antara lain perdarahan vagina, pembengkakan pada wajah dan tangan, demam tinggi, ruptur membran, pergerakan janin buruk, dan muntah secara terus menerus. (Agustini, 2022). Kegagalan mendeteksi secara dini mengenali tanda bahaya kehamilan dan faktor risiko pada kehamilan dapat mengakibatkan kurangnya antisipasi yang cepat pada saat kehamilan sampai proses persalinan sehingga beresiko besar terjadinya kematian ibu. (Budiarti, V., 2018)

Tanda-tanda bahaya kehamilan sebenarnya tercantum dalam buku KIA, namun pemanfaatan buku KIA oleh ibu hamil ternyata masih kurang. Tanda bahaya pada kehamilan merupakan tanda yang memperingatkan akan adanya bahaya yang mungkin terjadi selama kehamilan atau masa prenatal, yang apabila tidak terdeteksi dapat menyebabkan kematian ibu. Bagi ibu hamil yang mengalami tanda-tanda bahaya kehamilan sebaiknya segera mendatangi tenaga medis terdekat. Jika tenaga medis tersebut bidan, maka ibu hamil tersebut akan

diberikan perawatan darurat dan segera dirujuk ke rumah sakit untuk penanganan yang lebih lanjut. (Retnaningtyas et al., 2022)

2.5. Konsep Dasar KEK Pada Kehamilan

2.5.1. Pengertian

Kekurangan energy kronis (KEK) merupakan suatu keadaan dimana status gizi seseorang dikatakan buruk yang disebabkan oleh rendahnya konsumsi makanan yang mengandung zat makro, yaitu zat yang dibutuhkan dalam jumlah banyak oleh tubuh. Dan kurangnya konsumsi pangan sumber energy yang mengandung zat gizi micronutrient, yaitu zat gizi yang diperlukan oleh tubuh dalam jumlah sedikit. (Heryunanto et al., 2022)

Kekurangan gizi makro yang ditandai dengan ukuran lila kurang dari 23,5 cm disebut kondisi ibu yang mengalami kekurangan energy kronis (KEK). Kurangnya asupan zat gizi makro yang diperlukan tubuh dalam jumlah besar dan zat gizi mikro yang diperlukan dalam jumlah sedikit menjadi penyebab kurang mencukupinya status gizi seseorang. (Arsesiana & Diah, 2022)

Kekurangan energy kronis (KEK) merupakan salah satu bentuk malnutrisi yang sering menyerang ibu hamil dan disebabkan oleh kekurangan energy dalam waktu yang lama. Wanita hamil yang mengalami KEK beresiko mengalami kematian ibu mendadak selama masa perinatal, atau melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah. (Mijayanti et al., 2020)

Kekurangan energy kronis (KEK) adalah suatu kondisi dimana ibu mengalami kekurangan gizi kronis sehingga menyebabkan gangguan kesehatan pada ibu hamil. Kekurangan energy kronis (KEK) dapat terjadi pada wanita usia subur (WUS) dan juga ibu hamil (Hevrialni & Sartika, 2021)

2.5.2. Penyebab dan Penanggulangan KEK Pada Ibu Hamil

Faktor penyebab KEK pada ibu hamil sangat kompleks antara lain gizi yang tidak seimbang, penyakit menular, anemia, kegagalan penambahan berat badan sesuai standar, perdarahan dan merupakan penyebab tidak langsung kematian ibu. (Kusumastuti et al., 2023)

Pola konsumsi dan penyerapan makanan tidak seimbang selama kehamilan akan mempengaruhi status gizi seseorang. Ibu hamil yang tidak mengonsumsi gizi seimbang, baik makronutrien maupun mikronutrien maka ibu hamil beresiko mengalami gangguan gizi atau dapat menyebabkan terjadinya KEK yang beresiko mengakibatkan anemia. (Fitriah et al., 2023)

Faktor penyebab terjadinya KEK sangat beragam diantaranya yaitu, umur, paritas, pendidikan, kekayaan, tempat tinggal, pendapatan keluarga, status gizi, kepatuhan konsumsi tablet Fe, dan ketersediaan makanan. (Fibrila et al., 2022). Faktor penyebab lain terjadinya KEK pada ibu hamil termasuk kekurangan pangan musiman atau kronis di tingkat rumah tangga. Ketersediaan pangan sangat bergantung pada daya beli keluarga, jika daya beli keluarga menurun makan persediaan pangan juga akan menurun dan begitu sebaliknya. (Stenly Kadmaerubun et al., 2023)

Adapun penjelasan beberapa faktor yang menyebabkan kejadian KEK pada ibu hamil :

1. Usia saat hamil

Faktor usia ibu hamil menentukan kebutuhan gizi, usia muda dibawah 20 tahun dan usia diatas 35 tahun lebih rentan resiko morbiditas dan mortalitas di banding usia produktif yaitu pada usia 20 hingga 30 tahun (Mudlikah et al., 2022) Pernikahan muda mengasilkan kehamilan muda. Kehamilan remaja adalah kehamilan yang dimulai antara usia 10 tahun sampai dengan 19 tahun. Wanita yang hamil antara usia 15 dan 19 tahun adalah salah satu kelompok yang paling rentan terhadap masalah gizi khususnya KEK. Kekurangan energi kronis pada remaja tidak hanya mempengaruhi mereka, tetapi juga anak yang akan dilahirkan nantinya. Implikasinya bagi ibu antara lain peningkatan risiko morbiditas, terutama pada kehamilan trimester ketiga, sehingga berisiko melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR). Dalam situasi ini, banyak ibu meninggal karena perdarahan, sehingga meningkatkan angka kemarian ibu dan anak. Jika seorang ibu remaja melahirkan dengan selamat, ia akan kesulitan setelah melahirkan karena ia lemah dan rentan terhadap gangguan kesehatan. Selain itu, KEK juga berpengaruh pada produksi ASI dan melemahkan kemampuan mengasuh anak dan diri sendiri. Usia ginekologi (GA) menggambarkan derajat kematangan fisiologis ibu hamil dan potensi kelanjutan pertumbuhan dan perkembangan pada masa remaja. Usia ginekologi dapat dihitung dengan mengurangkan umur pertama kali hamil dengan umur mulai menstruasi. Remaja hamil dengan GA kurang dari 2 tahun mempunyai kesempatan untuk mengalami tumbuh kembangnya sendiri selama hamil. Sehingga terjadilah persaingan makanan antara ibu dan calon bayi yang sama-sama sedang dalam masa pertumbuhan. Di usia muda, memerlukan

nutrisi ekstra yang banyak, karena selain digunakan untuk tumbuh kembang diri sendiri dan juga janin yang di kandung. Namun usia tua juga membutuhkan banyak energi seiring dengan menurunnya fungsi organ tubuh dan diperlukannya fungsi yang optimal, maka dibutuhkan energi ekstra yang cukup untuk menunjang kelangsungan kehamilan (Ernawati, 2018b)

2. Berat badan sebelum hamil

Status gizi seseorang mencapai tingkat optimal bila kebutuhan gizinya dapat dipenuhi melalui makanan. Konsumsi zat gizi saat hamil dan sebelum hamil sangat mempengaruhi status gizi ibu hamil, salah satunya tercermin pada berat badan sebelum hamil (Endah Mulyani, 2021)

3. Indeks masa tubuh sebelum hamil

Ibu hamil dengan kejadian KEK cenderung menderita KEK. Untuk memastikan ibu berisiko KEK sebaiknya dilakukan pengukuran LILA dan IMT sebelum hamil. Ibu yang ukuran LILAnya kurang dari 23,5 cm dan IMT di bawah normal berisiko terkena KEK (Endah Mulyani, 2021)

4. Jarak kehamilan

Kesehatan dan gizi ibu dipengaruhi oleh kehamilan yang terjadi terlalu berdekatan, ketika kesehatan rahim dan ibu belum pulih dengan baik. Organ reproduksi kembali normal setelah dua tahun melahirkan, dan sebaiknya membutuhkan waktu 4 tahun untuk mencapai fungsi maksimal. Kehamilan dengan jarak waktu yang pendek dari kehamilan sebelumnya (kurang dari 2 tahun) dapat mempengaruhi pola makan ibu hamil, terutama kebiasaan pola makan (Endah Mulyani, 2021)

5. Paritas

Jumlah anak yang pernah dilahirkan oleh seorang ibu, baik yang lahir hidup maupun mati disebut dengan paritas. Ibu dengan paritas tinggi (> 4 kali) mempunyai risiko lebih tinggi mengalami perdarahan dan terlalu sering hamil menyebabkan risiko terjadinya penyakit dan kematian ibu dan anak. Paritas berarti kehamilan yang membutuhkan nutrisi tambahan untuk meningkatkan jumlah sel darah merah, janin, dan plasenta. Semakin sering seorang wanita mengalami kehamilan dan melahirkan, maka ia akan semakin kehilangan makanan tubuh, sehingga ibu kekurangan nutrisi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ibu paritas multipara atau ibu hamil yang melahirkan 2-4 orang anak mengalami KEK. Penyebabnya, para ibu tidak peduli dengan pola makannya karena sudah berkali-kali hamil dan melahirkan (Endah Mulyani, 2021)

6. Pengetahuan ibu

Pengetahuan merupakan sumber utama peradaban suatu bangsa, baik maju maupun tidak, hal itu bermula dari perhatian masyarakat terhadap ilmu pengetahuan. Oleh karena itu, ilmu pengetahuan sangatlah penting dan diperlukan perhatian untuk menjalani kehidupan yang lebih baik (Octaviana Dila, 2021). Pengetahuan seseorang tentang persepsi terhadap suatu objek tertentu membentuk tingkah laku seseorang. Pengetahuan seorang ibu dipengaruhi oleh pendidikan, profesi, umur, kecerdasan, lingkungan, dan informasi (Mudlikah & Ningrum, 2019)

Pengetahuan juga mempengaruhi status gizi keluarga. Pengetahuan seorang ibu tentang gizi adalah apa yang ia ketahui tentang makanan sehat, makanan

sehat untuk kelompok umur tertentu (misalnya anak usia > 5 tahun, ibu hamil dan menyusui) serta pemilihan, pengolahan dan penyiapan makanan yang benar. Ibu hamil yang berpengetahuan luas dapat memilih makanan yang tepat untuk dirinya dan janinnya baik dari segi makanan maupun kuantitasnya. Dengan demikian, pengetahuan tentang gizi dan kesehatan merupakan faktor protektif dalam menjaga kualitas kehamilan. Informasi gizi pada masa kehamilan sangat penting bagi calon ibu dalam menyusun menu, terutama dalam menghadapi keluhan kehamilan di setiap trimester, sehingga ibu hamil harus menerima informasi gizi yang memenuhi kebutuhan janin dan dirinya sendiri mungkin. Selama masa kehamilan, pengetahuan ibu mempengaruhi keputusannya dan juga perilakunya (Prayitno, 2019)

7. Status sosial ekonomi

Faktor penentu kesehatan seseorang adalah tingkat perekonomiannya, dalam hal ini daya beli keluarga. Kemampuan suatu keluarga untuk membeli pangan antara lain bergantung pada besar kecilnya pendapatan keluarga, harga pangan itu sendiri, dan tingkat pengalihan lahan serta sumber daya luar ruangan. Karakteristik ekonomi keluarga sangatlah penting, di negara berkembang orang kurang mampu hampir membelanjakan semua pendapatannya untuk makan, sedangkan mereka yang mempunyai uang lebih susunan atau komposisi makannya lebih baik. Tingkat pendapatan menentukan makanan apa yang dibeli. Status sosial ekonomi, termasuk pendidikan, pendapatan dan pekerjaan merupakan penyebab tidak langsung terjadinya permasalahan gizi (Endah Mulyani, 2021)

8. Pendidikan

Salah satu indikator status sosial ekonomi adalah pendidikan. Masyarakat yang berpendidikan tinggi berorientasi pada kegiatan preventif, lebih mengetahui masalah kesehatan dan mempunyai derajat kesehatan yang lebih baik. Bagi perempuan, semakin tinggi tingkat pendidikan maka angka kematian bayi dan ibu semakin rendah. Faktor tingkat pendidikan juga menentukan mudah tidaknya seseorang menyerap dan memahami informasi gizi. Hal ini dapat digunakan untuk membedakan metode konseling yang tepat. Berkaitan dengan gizi keluarga, edukasi sangat diperlukan agar ibu dapat menyikapi permasalahan gizi keluarga dengan lebih baik dan dapat mengambil tindakan sedini mungkin. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penderita KEK sebagian besar berasal dari bangku sekolah dasar, hal ini dikarenakan semakin tinggi tingkat pendidikan maka semakin mudah mendapatkan informasi sehingga semakin mempunyai informasi mengenai gizi selama kehamilan (Rosmalamei, 2018). Pendidikan yang kurang memadai menyebabkan sulitnya mengembangkan sikap seseorang terhadap nilai-nilai baru termasuk gizi ibu hamil, hal ini juga dibenarkan oleh penelitian lain yang menyatakan bahwa responden yang berpendidikan rendah secara tidak langsung dapat menyebabkan menurunnya pengetahuan tentang gizi ibu hamil. Ada hubungan yang signifikan antara pencapaian pendidikan dan prevalensi KEK (Prayitno, 2019).

9. Pekerjaan

Contoh lain dari keuangan keluarga antara lain ialah pekerjaan. Pekerjaan memainkan peran yang sangat penting dalam mempengaruhi standar hidup

dan pendapatan mereka yang digunakan untuk memenuhi standar hidup mereka. Kesehatan perempuan yang bekerja sebagai ibu rumah tangga dalam kehidupan sehari-hari lebih lemah dibandingkan perempuan yang selain menjalankan tugas sebagai ibu rumah tangga, juga berkarir diluar rumah, dan juga mengurus anak. Lalu perempuan yang berperan sebagai orang tua tunggal, dan terakhir mereka yang tidak memiliki anak atau masih lajang (Ernawati, 2018b)

10. Pendapatan keluarga

Faktor risiko yang berhubungan dengan kejadian KEK pada ibu hamil adalah kondisi sosial ekonomi dan faktor ibu, dimana faktor sosial ekonomi tersebut antara lain pendidikan, jabatan, dan jenis pekerjaan serta pendapatan rata-rata bulanan. Tingkat pendapatan merupakan salah satu faktor penentu kualitas pangan yang dikonsumsi. Pendapatan juga menentukan daya beli pangan dan jasa lainnya seperti pendidikan, perumahan, kesehatan dan jasa lain yang mempengaruhi gizi. Keadaan ini sangat berbahaya bagi kesehatan keluarga dan pada akhirnya dapat berdampak buruk terhadap gizi khususnya ibu hamil dan anak kecil. Secara umum pendapatan meningkat, jumlah dan jenis pangan meningkat. Tingkat pendapatan menentukan model pangan yang dibeli, semakin tinggi pendapatan maka semakin tinggi presentase konsumsinya, sehingga pendapatan menentukan kualitas pangan keluarga. Pendapatan rendah adalah hambatan lain yang menghalangi masyarakat membeli makanan yang mereka butuhkan. Rendahnya pendapatn dapat disebabkan

oleh pengangguran, karena sulitnya mendapatkan pekerjaan tetap sesuai keinginan (Endah Mulyani, 2021)

11. Aktifitas fisik

Aktifitas, khususnya aktifitas fisik seseorang, tergantung pada jenis pekerjaannya. Seseorang yang aktifitas sehari-harinya berat dan tidak diimbangi dengan nutrisi yang tepat berarti tubuhnya lebih mudah terserang penyakit menular dan menyebabkan malnutrisi kronis. Aktifitas fisik adalah setiap gerakan tubuh yang dihasilkan dari kerja otot rangka dan juga meningkatkan pengeluaran energi. Energi berdasarkan intensitas dan jumlah kalori yang digunakan, aktifitas fisik dibagi menjadi 3 kategori yaitu ringan, sedang dan berat. Aktifitas berat adalah gerakan tubuh yang menggunakan banyak tenaga, dimana pernafasan lebih cepat dari biasanya. Contoh aktifitas berat adalah angkat air, angkat beban, aerobik, dan lain sebagainya. Aktifitas sedang adalah pergerakan tubuh yang mengasilkan pengeluaran energi yang signifikan sehingga menyebabkan pernafasan menjadi sedikit lebih cepat dari biasanya. Misalnya pekerjaan rumah tangga (mencuci dan menyapu). Aktifitas ringan merupakan gerakan tubuh yang menggunakan energi fisik minimal, seperti jalan santai. Aktifitas fisik yang intens saat hamil dapat menimbulkan stres pada ibu hamil. Hal ini disebabkan oleh peningkatan produksi hormon, terutama hormon catecholaminers, yang memperlambat aliran darah ke rahim (Endah Mulyani, 2021)

12. Pola konsumsi ibu hamil

Pola konsumsi merupakan susunan jenis dan jumlah makanan yang di konsumsi seseorang atau kelompok orang pada waktu tertentu. Pola konsumsi masyarakat dapat menunjukkan tingkat keberagaman pangan masyarakat. Pola konsumsi adalah berbagai informasi yang memberi gambaran mengenai macam dan jumlah bahan makanan yang dimakan tiap hari oleh suatu orang dan merupakan ciri khas untuk suatu kelompok masyarakat tertentu yang dipengaruhi oleh kebiasaan, kesenangan, budaya, agama, ekonomi, lingkungan alam dsb. Dalam hal pola konsumsi, permasalahan yang dihadapi tidak hanya mencakup ketidakseimbangan komposisi pangan yang dikonsumsi. Tetapi juga masalah masih belum tercukupinya kecukupan gizi. Penganekaragaman konsumsi pangan selama ini sering diartikan terlalu sederhana, berupa penganekaragaman konsumsi pangan pokok, terutama pangan non beras. Salah satu faktor yang mempengaruhi kesehatan ibu adalah status gizi ibu. Saat hamil ibu harus memperhatikan pola makan sehari-hari untuk memberikan nutrisi yang dibutuhkan anak selama hamil (Endah Mulyani, 2021)

Asupan nutrisi selama kehamilan penting dilakukan untuk mencapai kecukupan nutrisi selama kehamilan untuk tumbuh kembang janin. Kebutuhan gizi ibu pada masa kehamilan mengalami peningkatan dibanding ibu tidak hamil sehingga memerlukan tambahan gizi pada masa kehamilan. Ibu hamil lebih rentan mengalami masalah gizi jika pola makan tidak dijaga dengan baik diantaranya kekurangan energi kronis (Mudlikah & Nadhiroh, 2023)

13. Penyakit infeksi

Penyakit menular juga merupakan cikal bakal malnutrisi akibat penurunan nafsu makan, gangguan penyerapan di saluran cerna, atau peningkatan kebutuhan gizi akibat sakit. Hubungan penyakit menular dengan keadaan gizi bersifat timbal balik, yaitu hubungan sebab akibat. Penyakit dapat memburuk status gizi, dan status gizi yang buruk dapat memudahkan terjadinya infeksi. Penyakit menular yang berhubungan dengan status gizi antara lain tuberkulosis, diare, dan malaria. Kekurangan zat gizi makro berkontribusi terhadap penyakit menular dan sebaliknya. Orang yang kekurangan gizi rentan terserang berbagai penyakit. Hal ini disebabkan kurangnya makanan bergizi yang dapat meningkatkan sistem imun tubuh. Begitu pula jika seseorang terkena penyakit menular maka nafsu makannya akan berkurang dan jika tidak diobati akan mengakibatkan gizi buruk. Penyakit menular merupakan faktor yang mempengaruhi kesehatan dan keselamatan ibu. Status gizi yang buruk meningkatkan risiko ibu terkena infeksi, dan sebaliknya, infeksi dapat meningkatkan risiko malnutrisi bahkan kematian. Selain asupan makanan, KEK pada ibu hamil juga disebabkan oleh penyakit infeksi yang dideritanya (Ardianti et al, 2018)

14. Sanitasi lingkungan

Kebersihan lingkungan erat kaitannya dengan kondisi kehidupan. Sanitasi lingkungan berkaitan dengan cara mengelola berbagai faktor yang mempengaruhi kesehatan manusia. Pengelolaan sanitasi lingkungan indonesia diantaranya :

- a. Penyediaan air rumah tangga yang baik
- b. Pengaturan pembuangan kotoran manusia
- c. Pengaturan pembuangan sampah
- d. Pengaturan pembuangan limbah
- e. Pengaturan rumah sehat
- f. Pembasmian binatang penyebar penyakit
- g. Pengawasan polusi udara
- h. Pengawasan radiasi dan sisa radioaktif

Status gizi tidak hanya ditentukan oleh kuantitas dan kualitas makanan yang dikonsumsi seseorang tetapi juga dipengaruhi oleh faktor kesehatan dan lingkungan tempat tinggal dan fasilitas tempat pembuangan sampah, toilet dll (Endah Mulyani, 2021)

Program penatalaksanaan/penanggulangan kekurangan energi kronis (KEK) prenatal diuraikan melalui pedoman dan strategi yang terdapat dalam pedoman pengelolaan KEK sebagai berikut :

1) Kebijakan

- a) Penanggulangan ibu hamil KEK melalui intervensi gizi khusus pada seluruh program, khususnya pelayanan antenatal yang dilaksanakan dan terpadu
- b) Penanggulangan ibu hamil KEK dilakukan melalui intervensi gizi yang komprehensif dan sensitif pada departemen terkait.

2) Strategi

- a) Melaksanakan advokasi, sosialisasi, promosi dan koordinasi dengan lintas sektor terkait dari masyarakat.

- b) Melakukan penapisan ibu hamil KEK melalui pelayanan antenatal terpadu dan melaksakan rujukan bila diperlukan.
- c) Melakukan pelayanan gizi ibu hamil KEK.
- d) Melakukan pemantauan dan evaluasi.

2.5.3. Dampak KEK Pada Ibu Hamil

Kekurangan energi kronis (KEK) pada ibu hamil dapat berdampak signifikan terhadap kesehatan ibu dan janin yang dikandungnya. Beberapa dampaknya ialah peningkatan resiko kelahiran prematur, berat badan lahir rendah, peningkatan resiko kematian bayi, dan peningkatan resiko anemia pada ibu hamil (A. A. Putri et al., 2023)

Dampak KEK terhadap proses persalinan adalah dapat menyebabkan persalinan lama dan sulit, PPI atau kelahiran prematur yang akan terjadi, perdarahan pasca melahirkan, dan peningkatan angka operasi caesar. Wanita hamil dengan KEK juga dapat menderita cacat lahir, berat badan lahir rendah (BBLR), anemia, intrauterine fetal death (IUFD), atau bahkan intruterine growth retardation (IUGR). (Kusumastuti et al., 2023).

Berat badan lahir rendah merupakan penyebab utama kematian, kesakitan dan kecacatan neonatal, bayi dan anak serta mempunyai dampak jangka panjang terhadap kehidupannya di kemudian hari. Tablet suplemen darah merupakan zat gizi mikro yang sangat diperlukan oleh ibu hamil untuk mencegah terjadinya persalinan dan perdarahan pada bayi dengan BBLR, cakupan tablet suplemen darah untuk ibu hamil sebanyak 90 tablet selama masa hamil (Rizka esty et al., 2019)

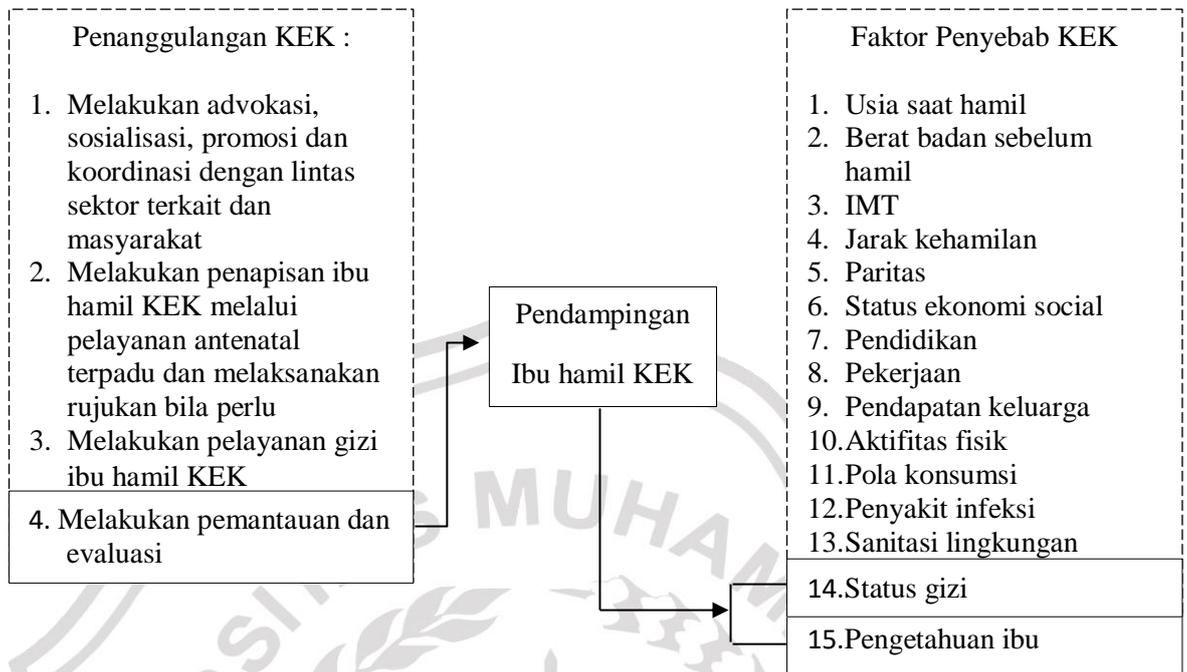
Kurangnya energi kronis (KEK) pada seorang ibu hamil tidak hanya berdampak buruk pada status kesehatannya (risiko kematian) tetapi juga pada kelangsungan hidup dan perkembangan janin yang dikandungnya, dan terlebih lagi pada perkembangan janin hingga dewasa. (Marianita Manik., 2023). Dampak lain yang mungkin terjadi adalah terganggunya perkembangan janin didalam rahim. Selama kehamilan, KEK dapat menjadi pemicu dari timbulnya hipertensi, pre-eklamsia, perdarahan dan ketuban pecah dini (KPD). (Fibrila et al., 2022)

2.5.4. Faktor Resiko Ibu Hamil KEK

Ibu hamil dengan KEK beresiko mengalami penurunan otot yang berperan penting dalam proses persalinan dan dapat menimbulkan dampak seperti perdarahan pasca melahirkan hingga kematian ibu. (Kusumastuti et al., 2023). Ada beberapa faktor risiko yang mempengaruhi KEK ibu hamil yaitu, umur, jumlah paritas, tingkat pendidikan, status ekonomi, dan frekuensi antenatal care (ANC). (Mulyani et al., 2021)

Ibu hamil yang mengalami KEK akan menimbulkan banyak masalah baik bagi ibu maupun janinnya. Risiko dan komplikasi bagi ibu antara lain, anemia, perdarahan, penambahan berat badan tidak normal. Sedangkan pengaruh KEK terhadap proses persalinan dapat berupa persalinan sulit dan lama, persalinan prematur. Pada janin, KEK beresiko mempengaruhi proses pertumbuhan janin dan dapat menimbulkan keguguran, bayi lahir mati, cacat lahir, asfeksia, dan anemia pada bayi. (Dharma, 2019)

2.6. Kerangka Teori



Sumber (Ernawati et al., 2018)

Gambar 2.1 Kerangka Teori