

Efektifitas Konsumsi Madu Terhadap Peningkatan Berat Badan Ibu Hamil KEK

Dewi Susanti¹, Harmiyati²

¹D-III Kebidanan Stikes Griya Husada Sumbawa, dewi.susanti00.ds@gmail.com

²D-III Kebidanan Stikes Griya Husada Sumbawa, yati90harmi@gmail.com.

Article Info

Article History

Submitted, 16 November 2019

Accepted, 05 March 2020

Published, 31 March 2020

Keywords: honey, weight, pregnant woman

Abstract

The nutritional status of pregnant women is very influential on the development of the fetus they are carrying. Pregnant women with poor nutritional status are at risk of complications such as anemia, bleeding, weight gain that does not increase normally during pregnancy and infectious diseases. The efficacy of honey as a supplement to increase body weight gives positive results, which is found to be a significant weight increase in children who are given honey supplementation combined with temulawak. the purpose of this reasearch Knowing the effectiveness of honey consumption on improving the weight of pregnant women. This research is a quantitative study using quasi-experimental design. The research sample consisted of 36 people consisting of two groups (control and treatment) The results of the study found that there was an effect of honey consumption on the weight of pregnant women. So it can be concluded that pregnant women who consume honey have a better weight gain than pregnant women who do not consume honey.

Abstrak

Status gizi ibu hamil sangat berpengaruh terhadap perkembangan janin dikandungnya. Ibu hamil dengan status gizi kurang beresiko mengalami komplikasi seperti anemia, perdarahan, berat badan tidak bertambah secara normal selama kehamilan dan penyakit infeksi. Khasiat madu sebagai suplemen untuk meningkatkan berat badan memberikan hasil yang positif, dimana ditemukan peningkatan berat badan yang signifikan pada anak-anak yang diberikan suplementasi madu yang dikombinasikan dengan temulawak. Mengetahui efektifitas konsumsi madu terhadap peningkatan status gizi ibu hamil KEK. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan *quasi-experimental design*. Sampel penelitian berjumlah 36 orangang terdiri dari dua kelompok (control dan perlakuan) Hasil penelitian yang didapatkan adalah ada pengaruh konsumsi madu terhadap berat badan ibu hamil KEK. Sehingga dapat disimpulkan ibu hamil yang mengkonsumsi madu memiliki pertambahan berat badan yang lebih baik dibanding ibu hamil KEK yang tidak mengkonsumsi madu.

Pendahuluan

Status gizi ibu hamil sangat berpengaruh terhadap perkembangan janin dikandungnya. Ibu hamil dengan status gizi kurang beresiko mengalami komplikasi seperti anemia, perdarahan, berat badan tidak bertambah secara normal selama kehamilan dan penyakit infeksi (Devgun p, 2014). Kekurangan gizi pada ibu dan bayi telah menyumbang setidaknya 3,5 juta kematian setiap tahunnya dan menyumbang 11% dari penyakit global di dunia. Menurut survei dari *Ethiopian Demographic and Health Survey (EDHS)* di negara berkembang tahun 2014 untuk masalah kekurangan gizi di Kerala (India) berkisar 19%, Bangladesh (Asia) sekitar 34%, dan di daerah kumuh Dhaka sekitar 34% (Abraham, 2015).

Madu mampu membantu kerja otak untuk mengatur hormon yang berperan dalam mengatur nafsu makan. Hormon ghlerin diproduksi untuk menimbulkan rasa lapar pada perut. Produksi hormon tersebut akan meningkat sebelum makan dan menurun setelah makan, sehingga rasa lapar dapat diatur untuk mendapatkan berat badan yang ideal. Hormon leptin berperan dalam mengatur nafsu makan, penyerapan sari makanan, dan optimalisasi energi. Kandungan fruktosa pada madu akan mempengaruhi berat badan dan penyerapan nutrisi. Khasiat madu sebagai suplemen untuk meningkatkan berat badan memberikan hasil yang positif, dimana ditemukan peningkatan berat badan yang signifikan pada anak-anak yang diberikan suplementasi madu yang dikombinasikan dengan temulawak (Yasin 2009). Kelompok perlakuan yang mendapatkan suplementasi madu memiliki keadaan umum yang lebih baik. Hal ini terlihat dari bulu mencit (*Mus musculus*) yang lebih sehat dan cerah dan tidak ada mencit yang mati karena sakit (Limanjaya, 2012).

Metode

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan *quasi-experimental design*. Kekuatan untuk mencapai tujuan tergantung dari luasnya efek *treatment* eksperimen (variabel independen) terhadap subjek dengan sengaja atau terencana yang dapat dideteksi dengan pengukuran variabel dependen.

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil dengan KEK (kekurangan energy protein) di wilayah Kabupaten Sumbawa. Sampel pada penelitian ini adalah ibu hamil dengan gizi kurang yang di wilayah kerja Puskesmas Lape dan Puskesmas Lopok Kabupaten Sumbawa, dan memenuhi kriteria inklusi.

Sampel penelitian berjumlah 36 ibu hamil KEK 18 ibu hamil KEK untuk kelompok perlakuan perlakuan dan 18 ibu hamil KEK kelompok kontrol. Kelompok kontrol tidak mendapatkan perlakuan (pemberian madu) sedangkan kelompok intervensi mendapat perlakuan (pemberian madu).

Teknik sampling menggunakan cluster random sampling dimana pembagian responden kelompok control dan perlakuan dibagi berdasarkan pembagian daerah. kelompok control diambil dari 1 wilayah puskesmas yakni Puskesmas Lape dan kelompok Perlakuan dari wilayah kerja Puskesmas Lopok.

Instrument penelitian berupa timbangan berat-badan, lembar observasi, timbangan digital (untuk menimbang madu). Peneliti melakukan penimbangan berat badan sebanyak 2 kali, *pretest* dan *post test* yang berjarak 60hari. Selama 30 hari kelompok perlakuan diberikan madu 3 kali sehari. Setiap kali pemberian sebanyak 15 g madu. Madu disiapkan oleh peneliti. Peneliti menimbang madu dalam kemasan sekali minum, lalu didistribusikan kepada responden.

Data diuji menggunakan t test tidak berpasangan dengan terlebih dahulu melakukan uji normalitas dan homogenitas. Pengolahan data menggunakan aplikasi SPSS 20 dan *Microsoft excel 2007*.

Hasil dan Pembahasan

Hasil uji normalitas menunjukkan angka $0,436 > 0,05$ sehingga data berdistribusi normal. Hasil uji homogenitas menunjukkan hasil $0,058 > 0,05$ sehingga data homogen. Sehingga pengujian data yang dilakukan adalah dengan T Test tidak berpasangan.

Tabel 1 Uji Statistik

Variabel	Kelompok				P
	Pre test		Post test		
	Rerata	SD	Rerata	SD	
perlakuan	45,3	5,0	48,4	5,5	0,016
Control	45,8	1,5	48	1,4	

Hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti menunjukkan adanya pengaruh antara konsumsi madu terhadap peningkatan berat badan ibu hamil. Nilai p value $0,016 < 0,05$ dengan tingkat kepercayaan 95%. Sehingga $0,16 < 0,05$ sehingga ada hubungan antara konsumsi madu terhadap peningkatan berat badan ibu hamil KEK. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilaksanakan oleh yasin tahun 2009 yang menunjukkan adanya peningkatan berat badan balita yang diberikan madu. Penelitian yang sejalan dengan penelitian ini juga penelitian yang telah dilakukan oleh harmiyati tahun 2015 yang menunjukkan adanya pengaruh pemberian madu terhadap peningkatan berat badan balita dengan gizi buruk.

Pengaruh ini dapat disebabkan oleh beberapa kandungan madu yakni vitamin, fruktosa dan glukosa, hormon leptin dan ghlerin. Vitamin membantu proses metabolisme dalam tubuh, glukosa dan fruktosa sebagai sumber kalori, serta hormon leptin dan ghlerin sebagai pengatur nafsu makan (Purbaya, 2002)

Simpulan

Berdasarkan penelitian dan penjelasan yang telah di paparkan peneliti, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian madu terhadap peningkatan berat badan ibu hamil dengan KEK.

Daftar Pustaka

- Abraham S, Miruts G, Shumye A. *Magnitude of chronic energy deficiency and its associated factors among women reproductive age in the Kunama population, Tigray, Ethiopia, in 2014*: BioMed Central Nutriron. 2015.
- Devgun P, Mahajan SL, Gill KP. *Prevalence of chronic energy deficiency and socio demographic profile of women in slumsof Amritsar city, Punjab, India*. Science International Journal of Reasearch in Health. 2014.
- Harmiyati, dkk. 2017. *The Impact Of Honey On Change In Nutritional Status In Children With Poor Nutrition*. Balitong Noursing Journal Vol 3, No 2 (2017)
- Limanjaya Mulyadi. 2012. *Hubungan antara Pemberian Suplementasi Madu dengan Peningkatan Berat Badan Mencit (Mus Musculus)*. (Tesis). Diakses 02 Maret 2016.
- Purbaya, J Rio. *Mengenal dan Memanfaatkan Khasiat Madu Alami*. Bandung : Cetakan pertama. CV Pionir Jaya. 2002. Yasin, R. F. *Pengaruh Pemberian Madu Temulawak*

terhadap Peningkatan Berat Badan Anak Usia Toddler [WWW] Universitas Airlangga. Diambil dari:http://www.alumni.unair.ac.id/kumpulanfile/295827377_abs.pdf [Diakses 7 Maret 2016]