

# **Gambaran Status Gizi Ibu Hamil di PMB Ny. Ika Desa Siasem Kecamatan Wanasari Kabupaten Brebes Tahun 2019**

**Dea Riskha Fitriliana**

E mail : Riskhadea@gmail.com

D III Kebidanan STIKes Brebes

Jl. Raya Jatibarang KM 8 Janegara Brebes

Telp (0283) 6172288

## **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tentang status gizi ibu hamil di PMB Siasem Kecamatan Wanasari Kabupaten Brebes. Metode penelitian ini termasuk jenis penelitian deskriptif. Populasi sebanyak 25 orang. Semua anggota populasi dijadikan subjek penelitian. Hasil penelitian didapatkan bahwa keluarga yang ekonomi tinggi sebanyak 40% dan keluarga yang ekonomi rendah sebanyak 60% sedangkan ibu hamil yang status gizi baik sebanyak 72% dan ibu hamil yang status gizi kurang 28%. Kesimpulan, ada gambaran yang sangat signifikan antara umur, penghasilan keluarga, tingkat pendidikan dengan status gizi ibu hamil di PMB Siasem Kecamatan Wanasari Kabupaten Brebes.

**Kata kunci :** *Status gizi ibu hamil.*

## **Abstract**

This study aims to get a clear description on the nutritional status of pregnant women in PMB Siasem, Wanasari District, Brebes Regency. This research method is descriptive research. The population is 25 people. All family members used as research subjects. The results of the study were obtained by high economic families by 40% and low economic families by 60% while pregnant women with good nutritional status were 72% and pregnant women with poor nutritional status were 28%. It can be concluded that there is a very significant picture between age, family understanding, education level with the nutritional status of pregnant women in PMB Siasem, Wanasari District, Brebes Regency.

**Keywords:** *Nutritional status of pregnant women.*

## **1. Pendahuluan**

Berdasarkan laporan survei demografi dan kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2012, AKI berada pada angka 359 per 100.000 kelahiran hidup (Kemenkes RI, 2014). Terdapat lima penyebab kematian ibu terbesar yaitu perdarahan (32%), hipertensi dalam kehamilan (25%), infeksi (5%) dan abortus (1%). Penyebab tingginya angka kematian ibu erat kaitannya dengan asupan gizi, seperti halnya perdarahan disebabkan karena kekurangan zat besi, eklampsia juga sangat berkaitan dengan status gizi ibu hamil. (Nasir, 2013)

Status gizi WHO (1963) menyatakan bahwa dari segi kesehatan masyarakat, gizi kurang

merupakan masalah terbesar di dunia. Upaya pencegahan dapat dilakukan melalui penyediaan makanan yang mencukupi dan terjangkau oleh daya beli masyarakat (Suhardja, 2003).

Pada saat ini Indonesia masih memiliki permasalahan kesehatan yang kompleks. Derajat kesehatan masyarakat Indonesia tidak mengalami kemajuan yang signifikan, sekalipun telah banyak program perbaikan status kesehatan masyarakat yang digulirkan pemerintah.

Berdasarkan Indeks Pembangunan Manusia (IPM), Indonesia pada tahun 2003 menempati urutan ke-112 dari 174 negara (Depkes, 2001), sedangkan

tahun 2004 pada peringkat 111 dari 177 negara, lebih rendah dibandingkan dengan peringkat negara tetangga ASEAN (Depkes, 2004).

Pada saat ini, Indonesia menghadapi masalah gizi ganda, yaitu masalah gizi kurang dan masalah gizi lebih. Masalah gizi kurang pada umumnya disebabkan oleh kemiskinan, kurangnya persediaan pangan, kurang baiknya kualitas lingkungan (sanitasi), kurangnya pengetahuan masyarakat tentang gizi, menu seimbang dan kesehatan, dan adanya daerah miskin gizi (*Iodium*). Sebaliknya masalah gizi lebih disebabkan oleh kemajuan ekonomi pada lapisan masyarakat tertentu disertai dengan kurangnya pengetahuan tentang gizi, menu seimbang, dan kesehatan (Almatsier, 2001).

Gizi yang berkualitas bagi ibu hamil sangat diperlukan untuk menambah berat badan dan peningkatan cadangan lemak ibu yang dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi. Selama proses kehamilan seorang ibu akan mengalami perubahan, baik anatomis, fisiologis maupun perubahan lainnya. Perubahan tersebut akan berdampak pada meningkatnya kebutuhan akan asupan zat gizi dalam menunya. (Badriyah, 2011)

Ibu hamil yang kekurangan gizi akan menderita kurang energi kronis (KEK), sehingga berdampak kelemahan fisik, anemia, perdarahan berat badan ibu tidak bertambah secara normal.

Penilaian status gizi wanita hamil meliputi : evaluasi terhadap faktor resiko diet, pengukuran antropometrik dan biokimia. (Badriyah, 2011)

Pengukuran Lingkar Lengan Atas (LILA) pada kelompok wanita usia subur (WUS) adalah salah satu cara deteksi dini yang mudah dan dilaksanakan oleh masyarakat awam,

untuk mengetahui kelompok berisiko Kekurangan Energi Kronik (KEK). Wanita usia subur adalah wanita usia 15-45 tahun (Depkes RI, 1994); (Supriasa, 2001).

Berdasarkan laporan bulanan program gizi di PMB Siasem juga terdapat peningkatan jumlah ibu hamil yang mengalami kekurangan energi kronik, yaitu pada tahun 2017 dari jumlah ibu 850 hamil ada 16 ibu hamil yang mengalami KEK, dan pada tahun 2018 dari jumlah 690 ibu hamil jumlah ibu yang mengalami KEK adalah 18 ibu hamil. Atas dasar survei pendahuluan yang dilakukan, didapatkan data wawancara langsung kepada 10 ibu hamil di desa Siasem Kecamatan Wanasari Kabupaten Brebes, ternyata 5 dari 10 ibu hamil masih kurang memahami tentang pentingnya gizi pada ibu hamil.

Beberapa cara yang dapat digunakan untuk mengetahui status ibu hamil antara lain memantau pertambahan berat badan selama hamil, mengukur Lingkar Lengan Atas (LILA). Upaya yang telah dilakukan oleh bidan khususnya yaitu memberikan konseling tentang tanda-tanda bahaya pada kehamilan serta kebutuhan gizi saat hamil pada setiap. Berdasarkan hasil pengamatan peneliti selama melakukan kegiatan penelitian di PMB Siasem, ada kecenderungan ibu hamil kadang-kadang kurang memperhatikan penjelasan dari bidan, bahkan ada ibu hamil yang mengatakan baru pertama kalinya melakukan pemeriksaan selama kehamilannya.

Dari studi pendahuluan di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Gambaran Status Gizi Pada Ibu Hamil di PMB Desa Siasem Kecamatan Wanasari Kabupaten Brebes Tahun 2019”

Kehamilan adalah suatu hal dalam kehidupan yang dapat membuat keluarga bahagia. Pada kehamilan terjadi perubahan fisik dan mental yang bersifat alami. Status

diet dan nutrisi ibu hamil mempunyai dampak langsung pada perjalanan kehamilan dan bayi yang akan dilahirkannya. Malnutrisi yang terjadi pada bulan awal kehamilan mempengaruhi perkembangan dan kapasitas embrio untuk bertahan hidup. Nutrisi yang buruk pada masa lanjut kehamilan mempengaruhi pertumbuhan janin (Paath, 2004).

Gizi adalah proses organisme menggunakan makanan yang dikonsumsi secara normal melalui proses digesti, absorpsi, transportasi, penyimpanan, metabolisme, dan pengeluaran zat-zat yang tidak digunakan untuk mempertahankan kehidupan, pertumbuhan dan fungsi normal dari organ-organ, serta menghasilkan energi (Supariasa, 2001).

Status gizi adalah ekspresi dari keseimbangan dalam bentuk variabel tertentu, atau perwujudan dari *nutriture* dalam bentuk variabel tertentu. Sedangkan menurut Almatsier (2001) status gizi adalah keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi. Status gizi dapat ditentukan dengan cara pengukuran antropometri yang dibandingkan dengan standar Harvard atau standar WHO-NCHS dan atau standar-standar lainnya, dengan menggunakan indeks yang sama yaitu Berat Badan per Umur (BB/U), Berat Badan per Tinggi Badan (BB/TB), Lingkar Lengan Atas (LILA), dan Lingkar Kepala (Supariasa, 2001). Status gizi baik atau status gizi optimal terjadi bila tubuh memperoleh cukup zat-zat gizi yang digunakan secara efisien, sehingga memungkinkan pertumbuhan fisik, perkembangan otak. Menurut Supariasa (2001) Lingkar Lengan Atas (LILA) merupakan salah satu pilihan untuk penentuan status gizi. Pengukuran LILA adalah salah satu cara untuk mengetahui risiko kekurangan Energi

Protein (KEP) wanita usia subur (WUS).

Status sosial ekonomi adalah kedudukan atau posisi seseorang dalam masyarakat, status sosial ekonomi adalah gambaran tentang keadaan seseorang atau suatu masyarakat yang ditinjau dari segi sosial ekonomi, gambaran itu seperti pendapat. Status ekonomi kemungkinan besar merupakan pembentuk gaya hidup keluarga. Status ekonomi adalah kedudukan seseorang atau keluarga di masyarakat berdasarkan pendapatan per bulan. Status ekonomi dapat dilihat dari pendapatan yang disesuaikan dengan harga barang pokok.

Pada masa kehamilan merupakan masa terjadinya stres fisiologi pada ibu hamil karena masa penyesuaian tubuh ibu terhadap perubahan fungsi tubuh (Purwitasari, 2009). Menurut Sibagariang (2010) kebutuhan makanan bagi ibu hamil lebih banyak daripada kebutuhan untuk wanita tidak hamil. Kegunaan makanan bagi ibu hamil adalah untuk pertumbuhan janin, mempertahankan kesehatan dan kekuatan badan ibu sendiri.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis gambaran status gizi ibu hamil di PMB Ny. Ika Desa Siasem Kecamatan Wanasari Kabupaten Brebes Tahun 2019.

## 2. Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif. Deskriptif adalah penelitian yang dilakukan terhadap sekelompok objek yang bertujuan untuk melihat gambaran fenomena (termasuk kesehatan) yang terjadi di dalam suatu populasi tertentu. Metode penelitian deskriptif adalah penelitian yang bertujuan untuk memaparkan variabel penelitian secara deskriptif tanpa melakukan analisa hubungan antara variabel yang diteliti (Dhama, 2011).

Kriteria sampel pada penelitian ini adalah total sampling yaitu semua ibu hamil yang memeriksakan kehamilannya pada bulan Januari-Juni 2019 sebanyak 25 responden. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah buku Kia untuk mengetahui ukuran LILA Ibu hamil.

### 3. Hasil dan Pembahasan

#### A. Karakteristik Ibu Hamil Berdasarkan Kelompok Umur

Golongan Umur	Frekuensi	Presentasi (%)
20 - 35 tahun	16	64
<20 tahun dan >35 tahun	9	36
Total	25	100

Hasil analisis data di peroleh dari pengolahan data terhadap 25 responden bahwa usia ibu hamil saat penelitian terbanyak pada kelompok usia 20-35 tahun yaitu 16 responden (64%). Responden dengan kelompok usia 20-35 tahun di anggap usia aman untuk hamil dan di anggap sebagai sudah dewasa dan cara berfikirnya yang sudah matang. Semakin matang usia seseorang akan semakin banyak pengalaman hidup yang dimiliki dan mudah untuk menerima perubahan perilaku.

Adapun resiko yang mungkin terjadi jika hamil di bawah 20 tahun dan diatas 35 tahun antara lain keguguran, preeklamsia (tekanan darah tinggi, oedema, proteinuria), eklamsia (keracunan kehamilan). Timbulnya kesulitan persalinan karena system reproduksi belum sempurna, bayi lahir sebelum waktunya, berat badan rendah (BBLR).

#### B. Karakteristik Ibu Hamil Berdasarkan Tingkat Ekonomi

Penghasilan Keluarga Perbulan	Frekuensi	Presentasi (%)
Di atas UMR	10	40
Di bawah UMR	15	60
Total	25	100

Berdasarkan hasil penelitian 15 responden (60%) masuk kedalam penghasilan Dibawah UMR Kabupaten Brebes. Tingkat penghasilan di kaji untuk menentukan pendapatan perbulannya, responden tersebut. tingkat penghasilan berpengaruh dalam menerima asuhan kebidanan .penghasilan seseorang mempengaruhi pengambilan keputusan untuk memilih bahan pangan yang baik untuk kesehatan selama menjaga kehamilannya.

#### C. Karakteristik Ibu Hamil Berdasarkan Pendidikan

Pendidikan	Frekuensi	Presentasi (%)
Berpendidikan tinggi	17	68
Berpendidikan rendah	8	32
Total	25	100

Berdasarkan hasil penelitian 17 responden (68%) ibu berpendidikan tinggi. Tingkat pendidikan yang tinggi menyebabkan ibu mudah dalam menerima informasi tentang pengetahuan gizi yang baik sehingga ibu akan lebih cermat dalam memilih makanan yang bernilai gizi baik. (Muliawati, 2013)

#### D. Status Gizi Ibu hamil berdasarkan LILA

Status Gizi	Frekuensi	Presentasi (%)
Baik	18	72
Buruk	7	28
Total	25	100

Berdasarkan hasil penelitian 7 responden (28%) ibu kekurangan gizi menurut Almtsier (2001) status gizi adalah keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi.

Kehamilan adalah suatu hal dalam kehidupan yang dapat membuat keluarga bahagia. Pada kehamilan terjadi perubahan fisik dan mental yang bersifat alami. Status diet dan nutrisi ibu hamil mempunyai dampak langsung pada perjalanan kehamilan dan bayi yang akan dilahirkannya. Malnutrisi yang terjadi pada bulan awal kehamilan mempengaruhi perkembangan dan kapasitas embrio untuk bertahan hidup. Nutrisi yang buruk pada masa lanjut kehamilan mempengaruhi pertumbuhan janin (Paath, 2004).

#### E. Umur, Pendapatan keluarga dan pendidikan

Usia	Gizi				Total	%
	Baik		Kurang			
	N	%	N	%		
20-35 tahun	15	93,7	1	6,3	16	100
<20 dan >35 tahun	3	33,3	6	66,7	9	100
Total responden	18	72	7	28	25	

Penghasilan	Gizi				Total	%
	Baik		Kurang			
	N	%	N	%		
Diatas UMR	9	90	1	10	10	100
Dibawah UMR	9	60	6	40	15	100
Total responden	18	72	7	28	25	100

Pendidikan	Gizi				Total	%
	Baik		Kurang			
	N	%	N	%		
Pendidikan Tinggi	13	76,5	4	23,5	17	100
Pendidikan Renah	5	62,5	3	37,5	8	100
Total responden	18	72	7	28	25	100

Dari hasil distribusi frekuensi umur, pendapatan keluarga dan pendidikan ibu hamil di PMB Ny. Ika Desa Siasem Kecamatan Wanasari Kabupaten Brebes pada bulan Januari-Juni 2019 menunjukkan hasil ibu hamil dengan status gizi baik pada umur 20-35 tahun (WUS) berjumlah 15 responden (15%) dan 3 responden (33,3%) pada umur <20 dan >35 tahun, sedangkan ibu hamil dengan gizi kurang pada umur 20-35 tahun (WUS) berjumlah 1 responden (6,3%) dan 6 responden (66,7%) pada umur <20 dan >35 tahun. Ibu hamil dengan status gizi baik dengan pendapatan diatas UMR berjumlah 9 responden (90%) dan 9 responden (60%) dibawah UMR, sedangkan ibu hamil dengan gizi kurang dengan pendapatan diatas UMR berjumlah 1 responden (10%) dan 6 responden (40%) dibawah UMR. Ibu hamil dengan status gizi baik yang berpendidikan tinggi berjumlah 13 responden (76,5%) dan 5 responden (62,5%) berpendidikan rendah, sedangkan ibu hamil dengan gizi kurang dengan pendidikan tinggi berjumlah 4 responden (23,5%) dan 3 responden (37,5%) berpendidikan rendah.

Hasil penelitian dari 16 responden (64%) merupakan ibu hamil yang berusia 20-35 tahun (WUS) dan berusia <20 dan >35 tahun sebanyak 9 responden (36%). Hasil gambaran penelitian Ibu hamil dengan status gizi baik pada usia 20-35 tahun (WUS) berjumlah 15 responden (93,7%). Umur ibu hamil rentang 20-35 tahun dianggap cukup dewasa untuk menerima kehamilan

yang secara fisik mampu meminimalkan terjadinya kompetisi dalam mencukupi kebutuhan gizi antara ibu dan bayi, dan secara mental ibu dianggap siap dan dewasa (Kliranayungie, 2012).

Hasil penelitian 15 responden (60%) ibu hamil masuk dalam kategori penghasilan dibawah UMR. Hasil gambaran penelitian Ibu hamil dengan status gizi baik dengan penghasilan diatas UMR sebanyak 9 responden (90%). Penghasilan di kaji untuk menentukan tingkat ekonominya / pendapatan perbulan responden tersebut.hal ini menunjukkan jumlah presentasi tingkat penghasilan berpengaruh terhadap penerimaan asuhan kebidanan. Penghasilan seseorang mempengaruhi pengambilan keputusan untuk memilih bahan pangan yang baik untuk kesehatan selama menjaga kehamilannya.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat pendidikan ibu hamil di PMB Ny.Ika sebagian besar berpendidikan tinggi yaitu 17 responden (68%). Hasil gambaran penelitian Ibu hamil dengan status gizi baik yang berpendidikan tinggi berjumlah 13 responden (76,5%). Semakin tinggi pendidikan ibu hamil semakin baik juga untuk mengakses informasi (Retnaningsih, 2010).

Hasil penelitian 7 responden (28%) ibu mengalami status gizi kurang dan 18 responden (72%) berstatus gizi baik. Menurut Almatsier (2001) status gizi adalah keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi. dan nutrisi ibu hamil yang kurang baik mempunyai dampak langsung pada perjalanan kehamilan dan bayi yang akan dilahirkannya. Malnutrisi yang terjadi pada bulan awal kehamilan mempengaruhi perkembangan dan kapasitas embrio untuk bertahan hidup. Nutrisi yang buruk pada masa

lanjut kehamilan mempengaruhi pertumbuhan janin (Paath, 2004).

#### 4. Kesimpulan

Kesimpulan hasil penelitian menggambarkan bahwa status gizi ibu hamil di PMB Ny.Ika Desa Siasem sebagian besar berstatus gizi baik 18 responden (72%), umur ibu sebagian besar berada direntang usia 20-35 tahun sebanyak 16 (64%) dan ibu hamil berstatus gizi baik pada usia 20-35 tahun (WUS) berjumlah 15 responden (93,7%). Tingkat penghasilan ibu hamil di Desa Siasem cukup rendah yaitu 15 responden (60%) sehingga berpengaruh terhadap status gizi ibu hamil yaitu 7 responden (28%) masih mengalami status gizi buruk. Tingkat ekonomi yang rendah akan mempengaruhi ibu hamil dalam pemilihan kebutuhan makanan yang bergizi. Tingkat pendidikan ibu hamil di Desa Siasem cukup tinggi yaitu 17 Responen (68%) dan Hasil gambaran penelitian Ibu hamil dengan status gizi baik yang berpendidikan tinggi berjumlah 13 responden (76,5%).

Upaya yang dilakukan Bidan untuk lebih meningkatkan:

1. Konseling tentang tanda-tanda bahaya pada kehamilan serta kebutuhan gizi saat hamil pada setiap penyuluhan dan pada saat ibu memeriksakan kehamilannya.
2. Memberikan perhatian dan pengawasan yang ketat oleh tenaga kesehatan terhadap seluruh ibu hamil di Desa Siasem Kecamatan Wanasari Kabupaten Brebes.

#### 5. Daftar Pustaka

- [1] Almatsier, 2001, *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*, PT Gramedia Pustaka Utama, Jakarta.
- [2] Anakunhas, 2011, *Penjelasan Pengukuran LILA (Lingkar*

- Lengan Atas*), <http://www.pedoman-pengukuran-lingkar-lengan-atas.html>, Diakses 30 Juli 2011.
- [3] Anonimity, 2007, *Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kehamilan*, <http://www.faktor-faktor-yang-mempengaruhi-kehamilan.html>, Diakses 26 Februari 2011.
- [4] Arisman, 2004, *Gizi dalam Daur Kehidupan*, EGC, Jakarta.
- [5] Badriyah, 2011, *Gizi dalam Kesehatan*
- [6] Bandiyah, 2009, *Kehamilan, Persalinan dan Gangguan Kehamilan*, Nuha Medika, Yogyakarta.
- [7] Masiaga, 2010, *Studi tentang Kebiasaan Makan dan Status Gizi Pada Ibu Hamil di Kelurahan Botu Kecamatan Kota Timur Kabupaten Gorontalo*, Karya Tulis Ilmiah Jurusan Gizi, Politeknik Kesehatan Gorontalo.
- [8] Paath, 2004, *Gizi dalam Kesehatan Reproduksi*, EGC, Jakarta.
- [9] Purwitasari, dkk, 2009, *Gizi dalam Kesehatan Reproduksi*, Nuha Medika, Yogyakarta.
- [10] Setiadi, 2007, *Konsep dan Penulisan Riset Keperawatan Edisi Pertama*, Graha Ilmu, Jogjakarta.
- [11] Sibagariang, dkk, 2010, *Kesehatan Reproduksi Wanita*, Trans Info Media, Jakarta.
- [12] Sugiyono, 2010, *Statistik untuk Penelitian*, C.V Alfabeta, Bandung.
- [13] Suhardja, 2003, *Berbagai Cara Pendidikan Gizi*, Bumi Aksara, Jakarta.
- [14] Supariasa, dkk, 2001, *Penilaian Status Gizi*, Buku Kedokteran, Jakarta.
- [15] Suparyanto, 2010, *Konsep Dasar Status Ekonomi*, <http://www.konsep-dasar-status-ekonomi.html>, Diakses 26 Februari 2011.