

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kehamilan adalah fase yang paling penting dalam proses kehidupan seorang wanita. Dalam masa kehamilan, seorang wanita tidak hanya bertanggung jawab untuk mencukupi kebutuhan gizinya sendiri, tetapi juga berperan dalam memastikan asupan nutrisi yang dibutuhkan bagi pertumbuhan dan perkembangan janin di dalam kandungannya. Kebutuhan energi dan nutrisi meningkat selama kehamilan untuk mendukung peningkatan metabolisme tubuh. Selama kehamilan, nutrisi yang dikonsumsi harus menjadi prioritas utama, memastikan makanan dan minuman yang masuk mengandung semua kebutuhan gizi yang diperlukan. Jika kebutuhan gizi selama kehamilan tidak terpenuhi, hal ini dapat menimbulkan terjadinya malnutrisi yang dikenal dengan Kekurangan energi kronis (KEK) sehingga berdampak buruk pada pertumbuhan janin tidak sempurna dan mengakibatkan cacat pada janin (Jacob et al., 2024).

Status gizi merupakan salah satu indikator keberhasilan dalam memenuhi kebutuhan gizi selama masa kehamilan. Status gizi memberikan gambaran kondisi tentang kesehatan tubuh seseorang dipengaruhi oleh keseimbangan antara kebutuhan tubuh dan asupan gizi. Ibu hamil yang mengalami KEK berisiko terkena berbagai komplikasi, seperti anemia, pendarahan, kenaikan berat badan yang tidak normal, serta meningkatnya kerentanan terhadap infeksi. Asupan gizi yang cukup sangat penting untuk menjaga kesehatan ibu hamil dan perkembangan janin. Selama kehamilan, kebutuhan nutrisi meningkat sekitar 15% dibandingkan kebutuhan wanita pada kondisi normal. Oleh karena itu, ibu hamil memerlukan peningkatan asupan gizi, khususnya energi, protein, serta mineral seperti zat besi dan kalsium yang sering kali mengalami kekurangan selama kehamilan (Pratiwi, 2021).

World Health Organization (WHO) mengungkapkan bahwa secara global, antara 35% hingga 75% wanita hamil mengalami KEK. Persentase tersebut cenderung

meningkat secara signifikan pada trimester ketiga dibandingkan dengan trimester pertama maupun kedua. Berdasarkan data WHO, kurang lebih 40% kasus kematian ibu di negara-negara berkembang berkaitan dengan kondisi Kurang Energi Kronis (KEK). Karena ibu hamil termasuk kelompok yang membutuhkan perhatian khusus, kekurangan gizi selama kehamilan harus dicegah. Hal ini penting karena ibu hamil yang mengalami malnutrisi, termasuk KEK, memiliki risiko lebih tinggi terkena berbagai penyakit (Puluhulawa, 2023).

Di Indonesia, permasalahan gizi pada ibu hamil, khususnya anemia dan Kurang Energi Kronis (KEK), masih menjadi isu yang perlu mendapatkan perhatian khusus. Diperkirakan antara 60% hingga 80% kasus kematian ibu di Indonesia disebabkan oleh berbagai faktor, salah satunya adalah perdarahan yang terjadi saat proses persalinan, persalinan macet, sepsis, hipertensi dalam kehamilan, KEK, anemia, dan komplikasi akibat aborsi. Menurut Dinkes Pekalongan (Alin Kurnianti, 2022) terdapat kasus KEK pada ibu hamil menunjukkan tren penurunan dari 898 kasus (14,14%) pada tahun 2018, menjadi 844 kasus (13,33%) pada tahun 2019, dan 824 kasus (13,22%) pada tahun 2020. Data ini berasal dari 14 Puskesmas yang ada di Kota Pekalongan. Namun, di beberapa Puskesmas di Kota Pekalongan masih banyak ibu hamil yang mengalami KEK, antara lain Puskesmas Pekalongan Selatan sebanyak 109 orang, Puskesmas Kusuma Bangsa sebanyak 100 orang, dan Puskesmas Tirto sebanyak 97 orang. Oleh karena itu, tingginya angka ibu hamil dengan KEK di Kota Pekalongan masih memerlukan perhatian khusus.

KEK merupakan masalah yang berkembang ketika ada ketidakseimbangan antara asupan gizi dan kebutuhan selama kehamilan. Untuk mencegah dan mengatasi KEK pada ibu hamil, Salah satu cara yang dapat diterapkan adalah memberikan edukasi kesehatan terkait KEK. Edukasi ini penting karena program posyandu yang dijalankan oleh bidan di desa belum dimanfaatkan secara maksimal oleh ibu hamil muda, sehingga informasi yang mereka peroleh masih terbatas. Tujuan dari edukasi kesehatan adalah memberikan pemahaman awal mengenai KEK serta cara-cara untuk mencegahnya (Fitri Diningsih et al., 2021).

Pendidikan gizi bagi ibu hamil memiliki peran krusial untuk memastikan pemahaman mereka tentang pentingnya asupan gizi selama kehamilan. Penelitian menunjukkan bahwa kurangnya wawasan ibu hamil mengenai kebutuhan gizi seimbang dapat berdampak langsung pada kesehatan janin dan berisiko menyebabkan stunting pada anak di kemudian hari. Pemahaman yang baik mengenai pentingnya zat gizi mikro, seperti zat besi, kalsium, asam folat, dan protein, menjadi dasar utama untuk menciptakan generasi yang sehat (Isye Fadmiyanor et al., 2024).

Penelitian yang dilakukan oleh Akbarini et al. (2021) menunjukkan bahwa sebelum diberikan penyuluhan, rata-rata tingkat pengetahuan ibu hamil terkait kualitas konsumsi pangan berada pada angka 64,38. Setelah intervensi penyuluhan diberikan, angka tersebut mengalami peningkatan menjadi 80,01, sehingga terdapat selisih peningkatan sebesar 15,63. Penelitian lain yang dilakukan oleh Sukarti et al. (2023) mengungkapkan bahwa sebanyak 46,5% responden memiliki pengetahuan yang rendah terkait gizi, serta ditemukan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan gizi dengan kejadian Kurang Energi Kronis (KEK) pada ibu hamil (Sukati, 2023).

Media *booklet* adalah salah satu media komunikasi yang dimanfaatkan sebagai sarana untuk menyampaikan informasi secara efisien khususnya di bidang pendidikan dan promosi kesehatan. Penyuluhan kesehatan yang disampaikan melalui media *booklet* terbukti memberikan dampak yang lebih besar dalam meningkatkan pengetahuan responden dibandingkan dengan penggunaan media leaflet. Leaflet merupakan bentuk media penyampaian informasi dan himbauan yang termasuk salah satu publikasi singkat berupa selembar kertas. Leaflet dapat berisi keterangan atau informasi tentang masalah-masalah yang akan disampaikan (Fitriah, 2018). Akan tetapi, leaflet memiliki kekurangan yaitu karena hanya berupa selembaran sehingga tidak dapat memuat informasi yang lengkap dan rinci. Penggunaan media modul, *booklet*, dan *leaflet* pada kuesioner pemilihan media dikarenakan media tersebut berbentuk buku, diharapkan lebih memadai dan memiliki daya tampung yang besar sehingga memuat lebih banyak informasi, yang

media tersebut akan dimanfaatkan sebagai sarana edukasi yang akan disampaikan kepada para responden. Hal ini berbeda jika menggunakan media seperti *leaflet*, poster, atau brosur yang umumnya hanya berisi penjelasan secara garis besar, sehingga tidak mampu menyampaikan informasi secara detail dan menyeluruh sesuai dengan harapan peneliti. Keunggulan media *booklet* terletak pada informasi yang disajikan secara lengkap sehingga mudah dipahami oleh pembaca. Desainnya yang menarik dan detail mampu meningkatkan keterlibatan pembaca sekaligus mencegah kebosanan saat membaca. Selain itu, *booklet* mudah dibawa ke mana saja dan biaya produksinya relatif terjangkau. Oleh karena itu, peneliti memilih *booklet* sebagai media edukasi tentang pentingnya gizi yang baik untuk ibu hamil, dengan harapan dapat memberikan dampak positif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil (Nurti et al., 2020).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Artini dkk (2019) ditemukan adanya perubahan tingkat pengetahuan yang signifikan pada kelompok kontrol yang diberikan *leaflet* antara sebelum dan sesudah intervensi (*pre-test* dan *post-test*). Selain itu, perubahan tingkat pengetahuan yang serupa juga terjadi pada kelompok intervensi yang mendapatkan edukasi melalui media *booklet*. Hasil penelitian mengindikasikan terdapat perbedaan yang bermakna dalam peningkatan tingkat pengetahuan calon pengantin mengenai kesehatan reproduksi antara kelompok yang mendapat intervensi dan kelompok yang tidak mendapatkan intervensi. Rata-rata peningkatan pengetahuan pada kelompok intervensi mencapai 4,28, lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol yang hanya sebesar 1,26. Temuan ini mengindikasikan bahwa penyuluhan kesehatan dengan menggunakan media *booklet* lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan responden dibandingkan penggunaan media *leaflet*. Karena menurut peneliti, keunggulan *booklet* lebih tinggi dibandingkan *leaflet* yang hanya berupa selebaran beberapa kertas saja, sedangkan *booklet* mencakup materi yang lebih terperinci dan jelas. Hal tersebut menjadi alasan peneliti untuk memilih *booklet* sebagai media edukasi gizi mengenai nutrisi yang tepat bagi ibu hamil dan diharapkan dapat memberikan pengaruh terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil (Safitri dkk, 2017).

Berdasarkan Studi Pendahuluan yang dilakukan pada 7 Desember 2024 di wilayah Puskesmas Kedungbanteng, Kecamatan Kedungbanteng, ditemukan bahwa kasus ibu hamil dengan KEK di wilayah tersebut masih cukup tinggi, Berdasarkan kajian pendahuluan pada bulan Desember 2024 didapatkan jumlah ibu hamil 560 orang dan ditemukan 99 ibu hamil mengalami KEK di Puskesmas Kedungbanteng yang ditunjukkan dengan LILA $< 23,5$ cm. Kondisi ini berisiko menurunkan kualitas janin dan membahayakan kesehatan ibu, karena ibu tidak memiliki waktu yang cukup untuk memulihkan tubuhnya setelah melahirkan. Dari hasil wawancara, diperoleh informasi bahwa di Puskesmas Kedungbanteng diadakan kelas ibu hamil tetapi intensitasnya masih terbatas yaitu 1 tahun hanya ada 6 kali dengan menggunakan media lembar balik.

Berdasarkan wawancara terkait peningkatan pengetahuan gizi, kegiatan ini dilakukan kepada 10 orang ibu hamil. Didapatkan sebanyak tujuh orang mempunyai pengetahuan yang kurang tentang nutrisi. Sebagian besar ibu di wilayah tersebut masih sering mengonsumsi makanan yang kurang sehat, seperti mi instan, makanan cepat saji, serta makanan yang mengandung banyak zat penguat rasa. Mereka juga belum mengonsumsi makanan sesuai dengan prinsip pola makan 4 sehat 5 sempurna, yang mencakup konsumsi makanan pokok, beragam lauk-pauk, sayur-mayur, buah-buahan, serta dilengkapi dengan susu sebagai pelengkap nutrisi. Sedangkan tiga orang ibu memahami masalah terkait nutrisi ibu hamil yang baik untuk calon bayinnya contohnya tau makanan seperti apa yang banyak gizi beserta porsi-porsinya.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti berminat untuk melaksanakan penelitian “Efektivitas Eduksi Gizi Dengan Media *Booklet* Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Kekurangan Energi Kronis di Puskesmas Kedungbanteng”. Karena pada Puskesmas tersebut belum pernah dilakukan terkait dengan tema ini.

1.2 Tujuan

1.2.1 Tujuan Umum

Mengidentifikasi pengaruh edukasi gizi yang disampaikan melalui media *booklet* terhadap pengetahuan ibu hamil dalam pencegahan Kekurangan Energi Kronis (KEK) di Puskesmas Kedungbanteng, Kecamatan Kedungbanteng, Kabupaten Tegal.

1.2.2 Tujuan Khusus

1.2.2.1 Untuk Mengidentifikasi umur, pekerjaan, pendidikan terakhir, usia kehamilan, ibu hamil yang ada di Kecamatan Kedungbanteng tersebut.

1.2.2.2 Mengidentifikasi tingkat pengetahuan awal ibu sebelum diberikan edukasi dengan media *booklet* tentang gizi pada ibu hamil.

1.2.2.3 Mengidentifikasi pengetahuan tingkat ibu sesudah diberikan edukasi dengan media *booklet* tentang gizi pada ibu hamil.

1.2.2.4 Mengidentifikasi pengaruh edukasi terhadap pengetahuan ibu hamil tentang gizi dengan media *booklet* di Puskesmas Kedungbanteng.

1.3 Manfaat Penelitian

1.3.1 Aplikatif

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dengan menyediakan media informasi promosi kesehatan bagi ibu hamil, khususnya melalui media *booklet* sebagai sarana pembelajaran tentang gizi selama kehamilan.

1.3.2 Keilmuan

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan kontribusi sebagai sumber informasi tambahan yang berguna dalam literatur dan referensi, terutama mengenai efektivitas penggunaan media *booklet* untuk meningkatkan pengetahuan gizi pada ibu hamil.

1.3.3 Metodologi

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi referensi atau acuan bagi peneliti lain yang ingin melakukan studi serupa dengan topik edukasi gizi pada ibu hamil, namun menggunakan media yang berbeda dalam penyampaian informasinya.