

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada ibu hamil merupakan salah satu permasalahan gizi yang berdampak serius terhadap kesehatan ibu dan bayi yang dikandung. KEK ditandai dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) di bawah 18,5 kg/m² atau Lingkar Lengan Atas (LILA) kurang dari 23,5 cm, yang menandakan bahwa asupan energi yang dibutuhkan tidak mencukupi kebutuhan fisiologis tubuh dalam jangka panjang. Kondisi ini dapat memicu terjadinya berbagai komplikasi kehamilan, seperti anemia, preeklampsia, persalinan prematur, serta berat badan lahir rendah (BBLR) pada bayi. Selain itu, KEK juga dikaitkan dengan tingginya risiko kematian ibu dan bayi baru lahir akibat kondisi tubuh ibu yang tidak optimal untuk menjalani kehamilan dan persalinan. Oleh karena itu, penanganan dan pencegahan KEK harus menjadi prioritas dalam pelayanan kesehatan ibu hamil (Kemkes RI 2023).

Menurut teori Notoadmodjo (2018), pengetahuan merupakan hasil dari tahu yang terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek, termasuk melalui pengalaman, pendidikan, atau informasi. Pengetahuan ibu hamil tentang KEK berperan penting dalam proses pencegahan dan penanganan kondisi ini. Ketika ibu memiliki pengetahuan yang baik tentang KEK, termasuk pengertian, tanda-tanda, dan dampaknya, maka mereka cenderung lebih waspada dan proaktif dalam menjaga keseimbangan nutrisi selama masa kehamilan.

Teori Green dan Kreuter dalam Health Promotion Planning juga menyatakan bahwa pengetahuan merupakan salah satu faktor predisposisi yang sangat menentukan perilaku kesehatan. Dalam konteks gizi ibu hamil, pengetahuan mengenai zat gizi makro (karbohidrat, protein, lemak) dan mikro (zat besi, asam folat, kalsium, dan lain-lain) sangat menentukan kualitas konsumsi harian. Pemahaman yang baik memungkinkan ibu mengatur pola makan secara seimbang sesuai kebutuhan kehamilan dan mencegah terjadinya kondisi kekurangan gizi kronis seperti KEK.

Menurut *World Health Organization* (WHO), prevalensi KEK pada ibu hamil di negara berkembang masih tergolong tinggi dan menjadi tantangan besar dalam pencapaian target kesehatan global. WHO mencatat bahwa sekitar 20% ibu hamil di negara berkembang, khususnya di wilayah Asia Selatan dan Sub-Sahara Afrika, mengalami KEK akibat ketidakseimbangan antara kebutuhan dan asupan energi harian (WHO 2023). Tingginya angka tersebut erat kaitannya dengan kondisi sosial ekonomi yang rendah, ketidaktahuan mengenai pola makan sehat, dan kurangnya akses terhadap pelayanan kesehatan serta pangan yang bergizi. WHO juga menekankan bahwa KEK yang tidak ditangani sejak awal akan menurunkan kualitas generasi masa depan karena berpengaruh terhadap tumbuh kembang janin. Oleh karena itu, penting bagi setiap negara untuk mengadopsi strategi pencegahan KEK yang berbasis komunitas, dengan mengutamakan peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang gizi dan pemantauan status gizi secara rutin.

KEK memiliki berbagai dampak negatif yang signifikan, baik bagi ibu maupun janin. Data Kementerian RI (2023). menunjukkan anemia pada ibu hamil yang mengalami KEK mencapai sekitar 48,9%, disebabkan oleh asupan zat besi yang tidak mencukupi dan gangguan absorpsi akibat defisiensi energi. Berat Badan Lahir Rendah (BBLR) menjadi salah satu konsekuensi serius KEK, dengan prevalensi sekitar 6,2% bayi lahir dengan berat di bawah 2.500 gram dari ibu yang mengalami KEK (Kemkes RI 2023). Risiko kematian neonatal dan infant morbidity juga meningkat akibat rendahnya cadangan nutrisi selama kehamilan yang memengaruhi pertumbuhan organ vital janin.

Berdasarkan data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) yang dirilis oleh Kementerian Kesehatan RI tahun 2022, tercatat bahwa prevalensi KEK pada ibu hamil secara nasional mencapai 17,8% (Kemkes RI 2023). Hal ini menunjukkan bahwa hampir 1 dari 5 ibu hamil di Indonesia mengalami KEK, yang tentu saja berisiko menurunkan kualitas kesehatan ibu dan anak. Angka tersebut menandakan bahwa intervensi gizi dan edukasi kesehatan pada ibu hamil masih perlu ditingkatkan, terutama di daerah-daerah dengan angka KEK yang tinggi. Faktor-faktor seperti ketidaktahuan akan pentingnya nutrisi, pola makan yang tidak seimbang, dan rendahnya pemantauan status gizi selama kehamilan menjadi penyebab utama tingginya angka KEK. Oleh karena itu, dibutuhkan peran aktif tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi secara berkelanjutan kepada ibu hamil.

Salah satu faktor penting yang memengaruhi kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK) adalah rendahnya pengetahuan ibu hamil mengenai gizi selama

kehamilan. Kurangnya informasi tentang pentingnya asupan nutrisi seringkali menyebabkan ibu tidak mengatur pola makan dengan baik, sehingga kebutuhan energi dan zat gizi tidak tercukupi. Pengetahuan yang rendah juga berdampak pada minimnya kesadaran untuk memantau status gizi secara berkala, seperti melalui pengukuran Lingkar Lengan Atas (LILA) atau pemeriksaan berat badan.

Pengetahuan yang baik tentang gizi selama kehamilan merupakan langkah awal yang penting dalam mencegah terjadinya KEK. Ibu hamil yang memahami pentingnya asupan nutrisi akan lebih memperhatikan pola makan dan menjaga keseimbangan gizi, sehingga risiko KEK dapat diminimalkan. Dengan demikian, peningkatan pengetahuan gizi bukan hanya berdampak pada perubahan perilaku makan, tetapi juga berkontribusi dalam pencegahan komplikasi kehamilan akibat gizi buruk.. Beberapa penelitian sebelumnya, salah satunya oleh Mete et al (2022), menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara tingkat pengetahuan gizi ibu hamil dengan status gizi mereka. Ibu hamil dengan tingkat pengetahuan yang baik memiliki kemungkinan lebih kecil mengalami KEK dibandingkan dengan ibu yang tidak memahami pentingnya konsumsi makanan bergizi seimbang selama masa kehamilan.

Provinsi Jawa Tengah memiliki prevalensi KEK sebesar 16,2%, sedikit lebih rendah dibandingkan angka nasional namun tetap tergolong tinggi (Kesehatan 2022). Hal ini menunjukkan bahwa masalah gizi kronis tidak hanya terjadi di daerah terpencil, tetapi juga di wilayah dengan fasilitas kesehatan yang relatif memadai. Sebaran kasus KEK di Jawa Tengah tidak merata, di mana beberapa kabupaten memiliki angka yang lebih tinggi dari rata-rata provinsi. Ketimpangan

ini dipengaruhi oleh banyak faktor, antara lain tingkat pendidikan ibu, pendapatan keluarga, serta pola konsumsi makanan sehari-hari. Oleh karena itu, upaya promotif dan preventif yang dilakukan di tingkat provinsi harus disesuaikan dengan kondisi dan kebutuhan masing-masing wilayah.

Kabupaten Pekalongan sebagai salah satu wilayah di Jawa Tengah turut menghadapi permasalahan serupa. Berdasarkan laporan tahunan Dinas Kesehatan Kabupaten Pekalongan tahun 2023, prevalensi KEK pada ibu hamil mencapai 15,5%, yang menunjukkan bahwa masalah kekurangan gizi kronis masih menjadi beban kesehatan masyarakat (Badan Pusat Statistik Kabupaten Pekalongan (BPS). 2022). Di beberapa wilayah kerja puskesmas, angka ini bahkan lebih tinggi dari rata-rata kabupaten, salah satunya adalah di Puskesmas Sragi II. Data internal Puskesmas Sragi II menunjukkan bahwa dari hasil pendataan ibu hamil pada bulan Januari sampai Maret tahun 2025, ditemukan sebanyak 40 ibu hamil mengalami KEK. Angka ini cukup tinggi jika dibandingkan dengan jumlah total ibu hamil yang tercatat di wilayah tersebut, dan menandakan perlunya perhatian lebih dalam hal edukasi gizi dan pemantauan rutin status gizi ibu hamil. Selain itu, berdasarkan data kelahiran dari bulan Januari hingga Maret 2025, tercatat sebanyak 8 bayi lahir dengan berat badan lahir rendah (BBLR), yang mengindikasikan adanya dampak nyata dari kondisi gizi ibu selama kehamilan terhadap kesehatan bayi yang dilahirkan. Dan terdapat 10 kasus anemia pada ibu hamil selama periode Januari hingga Maret. Temuan ini menunjukkan adanya hubungan yang potensial antara

kurangnya pengetahuan dengan kejadian KEK, serta adanya gejala klinis yang mengganggu akibat kondisi tersebut, termasuk kemungkinan risiko anemia .

Hasil studi pendahuluan menunjukkan bahwa angka Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Sragi II mengalami peningkatan, yaitu dari 18% pada tahun 2023 menjadi 24% pada tahun 2024, atau naik sebesar 6%. Selain itu, hasil wawancara terhadap 10 ibu hamil menunjukkan bahwa 6 orang (60%) belum memahami pentingnya gizi selama kehamilan, termasuk risiko KEK. Sementara itu, 4 orang (40%) dari responden mengalami KEK berdasarkan hasil pengukuran Lingkar Lengan Atas (LILA) dan berat badan. Dari 4 ibu yang mengalami KEK, 2 orang (50%) melaporkan keluhan seperti kelelahan berlebihan dan pusing yang mengganggu aktivitas harian. Temuan ini menunjukkan adanya kecenderungan bahwa rendahnya pengetahuan ibu hamil tentang gizi dapat berkontribusi terhadap meningkatnya kasus KEK.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara tingkat pengetahuan ibu hamil tentang gizi dengan kejadian KEK di wilayah kerja Puskesmas Sragi II, Kabupaten Pekalongan. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam penyusunan program intervensi berbasis edukasi gizi di tingkat puskesmas, serta mendorong keterlibatan aktif petugas kesehatan dalam mendampingi ibu hamil selama masa kehamilan. Selain itu, hasil penelitian ini juga diharapkan menjadi bahan evaluasi bagi pihak terkait dalam upaya menurunkan angka KEK, serta meningkatkan kualitas kesehatan ibu dan anak di tingkat lokal. Dengan adanya intervensi berbasis

bukti, diharapkan angka KEK di wilayah kerja Puskesmas Sragi II dapat ditekan, sehingga mendukung pencapaian target pembangunan kesehatan ibu dan anak secara nasional.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: "Apakah terdapat hubungan antara pengetahuan ibu tentang gizi ibu hamil dengan kejadian Kekurangan Energi Kronik (KEK) di Puskesmas Sragi II Kabupaten Pekalongan ?"

C. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan pengetahuan ibu tentang gizi ibu hamil dengan kejadian Kekurangan Energi Kronik (KEK) di Puskesmas Sragi II Kabupaten Pekalongan.

1. Tujuan Khusus

- a). Menggambarkan pengetahuan ibu tentang gizi ibu hamil di Puskesmas Sragi II Kabupaten Pekalongan.
- b). Menggambarkan kejadian Kekurangan Energi Kronik (KEK) di Puskesmas Sragi II Kabupaten Pekalongan.
- c). Mengetahui hubungan antara pengetahuan ibu tentang gizi ibu hamil dengan kejadian Kekurangan Energi Kronik (KEK) di Puskesmas Sragi II Kabupaten Pekalongan.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Ibu Hamil

Memberikan informasi mengenai pentingnya pengetahuan gizi dalam mencegah Kekurangan Energi Kronik (KEK) selama kehamilan.

2. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar dalam perencanaan program edukasi gizi bagi ibu hamil, khususnya di Puskesmas Sragi II.

3. Bagi Pemerintah Daerah

Sebagai bahan evaluasi dalam menyusun kebijakan dan strategi dalam menurunkan angka Kekurangan Energi Kronik (KEK) di Kabupaten Pekalongan.

..