

## PENYULUHAN DAN PENDAMPINGAN PADA IBU HAMIL KEKURANGAN ENERGI KRONIK DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS LANDASAN ULIN TIMUR KOTA BANJARBARU

*Counseling And Assistance For Pregnant Women With Chronic Energy Deficiency In The Working Area Of The Landasan Ulin Timur Public Health Center, Banjarbaru City*

Yasir Farhat<sup>1\*</sup>, Aprianti<sup>1</sup>, Niken Widyastuti Hariati<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Banjarmasin

\*Korespondensi: [yasirfarhat@email.com](mailto:yasirfarhat@email.com)

Diterima: 15 Agustus 2025

Dipublikasikan: 31 Agustus 2025

### ABSTRAK

**Pendahuluan:** Salah satu masalah yang sering dihadapi ibu hamil adalah kekurangan energi kronik (KEK). KEK dapat menyebabkan pertumbuhan janin yang terhambat dan risiko tinggi komplikasi persalinan. Prevalensi KEK cukup tinggi pada ibu hamil di Wilayah kerja Puskesmas Landasan Ulin Timur, Kota Banjarbaru. Oleh karena itu, diperlukan upaya penyuluhan dan pendampingan untuk meningkatkan pemahaman dan perawatan ibu hamil dengan kondisi tersebut.

**Tujuan:** Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan ibu hamil tentang KEK serta memberikan pendampingan dalam mengelola kondisi KEK mereka.

**Metode:** Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat terdiri dari penyuluhan dengan metode presentasi/ceramah dan tanya jawab serta pendampingan dengan konseling menggunakan media leaflet. Jumlah peserta sebanyak 15 orang ibu hamil yang KEK. Setelah itu dilakukan evaluasi pengetahuan dengan pre test dan post test.

**Hasil:** Hasil kegiatan menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan peserta sebelum dan sesudah penyuluhan dan pendampingan yaitu rata-rata pengetahuan sebelum penyuluhan dan pendampingan adalah 79 dan sesudah penyuluhan dan pendampingan adalah 90.

**Simpulan:** Penyuluhan dan pendampingan yang diberikan dapat meningkatkan pengetahuan ibu-ibu tentang Kekurangan Energi Kronik sehingga kegiatan ini sangat berguna untuk mengatasi masalah program gizi khususnya KEK pada ibu hamil.

**Kata kunci:** Kekurangan energi kronik, penyuluhan, pendampingan, ibu hamil

### ABSTRACT

**Introduction:** One of the problems that pregnant women often face is chronic energy deficiency (CED). CED can lead to stunted fetal growth and a high risk of childbirth complications. The prevalence of CED is relatively high in pregnant women in the working area of the Landasan Ulin Timur Health Center, Banjarbaru City. Therefore, counseling and mentoring efforts are needed to improve the understanding and care of pregnant women with these conditions.

**Objective:** This community service activity aims to increase the awareness and knowledge of pregnant women about CED and provide assistance in managing their CED conditions

**Methods:** The implementation of community service consists of counseling sessions using presentation and lecture methods, as well as question-and-answer sessions, and mentoring sessions that incorporate counseling through leaflet media. The number of participants was 15 pregnant women who were CED. Following this, knowledge evaluation is conducted using a pre-test and a post-test.

**Results:** The results of the activity showed an increase in participants' knowledge before and after counseling and mentoring. Specifically, the average knowledge before counseling and mentoring was 79, and after counseling and mentoring, it was 90.

**Conclusion:** The counseling and assistance provided can increase women's knowledge about Chronic Energy Deficiency, so that this activity is beneficial to overcome the problem of nutrition programs, especially CED in pregnant women

**Keywords:** Chronic energy deficiency, counseling, mentoring, pregnant women

## PENDAHULUAN

Kesehatan ibu hamil menjadi fokus utama dalam upaya pencegahan komplikasi

kehamilan dan persalinan. Salah satu masalah yang sering dihadapi adalah kekurangan energi kronik (KEK). KEK dapat menyebabkan berbagai komplikasi pada ibu hamil dan janin, termasuk pertumbuhan janin yang terhambat dan risiko tinggi komplikasi persalinan. Wilayah kerja Puskesmas Landasan Ulin Timur, Kota Banjarbaru, mengalami prevalensi KEK yang cukup tinggi pada ibu hamil.

Sesuai Data Dinas Kesehatan Kota Banjarbaru tahun 2023 proporsi KEK ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Landasan Ulin Timur Kota Banjarbaru sebanyak 89 orang (24,7%) menduduki peringkat pertama dibanding 8 puskesmas lainnya (Dinkes Banjarbaru, 2023). Data Laporan PWS KIA Tahun 2025 prevalensi KEK ibu hamil mengalami peningkatan, yaitu bulan januari sebesar 1,82%, Februari sebesar 3,95%, dan Maret sebesar 4,25% sesuai. Oleh karena itu, diperlukan upaya penyuluhan dan pendampingan untuk meningkatkan pemahaman dan perawatan ibu hamil dengan kondisi tersebut.

Sesuai dengan data di atas menunjukkan adanya prevalensi kekurangan energi kronik pada ibu hamil di wilayah tersebut, yang dapat berdampak negatif pada kesehatan ibu dan perkembangan janin. Kondisi ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk kurangnya pengetahuan tentang gizi seimbang, keterbatasan akses terhadap makanan bergizi, serta kondisi ekonomi yang rendah di beberapa keluarga.

Hasil penelitian yang dilakukan Susanti, dkk. (2024) menyatakan bahwa kurangnya status gizi ibu hamil dapat disebabkan oleh pengetahuan, jarak kehamilan dan pendapatan. Kekurangan energi kronis pada ibu hamil dapat meningkatkan risiko komplikasi pada kehamilan, persalinan prematur (Puteri, AA, Salsabella, S. 2023), serta masalah kesehatan lainnya pada bayi yang dilahirkan seperti BBLR (Nuraeni, dkk. 2024). Kegiatan program gizi yang dilaksanakan Puskesmas Landasan Ulin Timur kota Banjarbaru antara lain Pelacakan dan pendampingan intervensi gizi pada bumil KEK, balita yang memiliki gangguan pertumbuhan/bermasalah status gizinya, kegiatan edukasi pada ibu hamil dan balita (ke masyarakat), Kegiatan penyuluhan di desa, di sekolah, konseling PMBA, ASI eksklusif, Gizi seimbang, Isi piringku, Stunting, dan PMT pemulihan ibu hamil KEK dan anemia.

Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan ibu hamil tentang KEK serta memberikan pendampingan dalam mengelola kondisi KEK mereka. Target luaran atau capaian dari kegiatan ini adalah meningkatnya pengetahuan dan sikap terkait gizi: Target peningkatan pengetahuan minimal 80% dari jumlah ibu hamil yang dijangkau oleh program.

## **METODE**

Bentuk kegiatan yang dilakukan, pertama adalah penyuluhan tentang KEK pada ibu hamil, dampaknya, dan cara pencegahannya. Penyuluhan dilakukan secara kelompok dengan menggunakan metode ceramah/presentasi dan tanya jawab. Kedua pendampingan individual kepada ibu hamil yang mengalami KEK. Pendampingan meliputi konseling gizi, bimbingan pola makan, serta dukungan psikologis dalam menghadapi perubahan gaya hidup

Kegiatan penyuluhan dilakukan selama 2 kali yaitu pada bulan Juni dan Juli 2025 bertempat di Aula Puskesmas Landasan Ulin Timur oleh tim pengabdian kepada masyarakat Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Banjarmasin. Selanjutnya adalah pendampingan kepada setiap ibu hamil yang KEK oleh Tim Pengabmas.

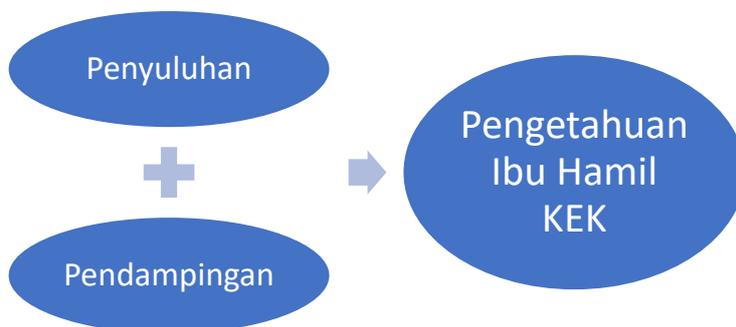
Sasaran kegiatan adalah ibu-ibu hamil resiko KEK sebanyak 15 orang dan narasumber kegiatan pengabdian kepada masyarakat baik penyuluhan dan pendampingan adalah tim Pengabdian kepada Masyarakat yang terdiri dari dosen, mahasiswa, dan tenaga Puskesmas.

Hari pertama acara pengabdian kepada masyarakat diawali dengan acara pembukaan oleh Kepala Puskesmas dan sambutan dari Ketua Tim Pengabmas. Acara ini dihadiri oleh tim Pengabmas, Staf Puskesmas, dan para Ibu Hamil KEK bertempat di Aula Puskesmas.

Setelah pembukaan dilanjutkan dengan penyampaian materi tentang kekurangan energi kronik dan setelah selesai dilanjutkan tanya jawab berkaitan dengan materi yang disampaikan. Selanjutnya dilakukan pendampingan kepada para ibu hamil KEK oleh Tim Pengabmas Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Banjarmasin.

Hari selanjutnya adalah penyampaian materi tentang cara pengolahan makanan berbasis pangan lokal untuk ibu hamil KEK. Setelah selesai dilanjutkan dengan tanya jawab berkaitan materi yang disampaikan. Selanjutnya dilakukan pendampingan kepada para ibu hamil KEK oleh Tim Pengabmas Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Banjarmasin

Setelah dilakukan kegiatan penyuluhan maupun pendampingan kemudian dilakukan evaluasi pengetahuan terhadap para ibu hamil yang KEK dan didapatkan adanya peningkatan pengetahuan yang berkaitan dengan KEK. Harapannya kegiatan ini dapat dilakukan lagi dengan melibatkan para ibu hamil yang lebih banyak baik yang beresiko maupun yang menderita KEK.



Gambar 1. Metode pelaksanaan

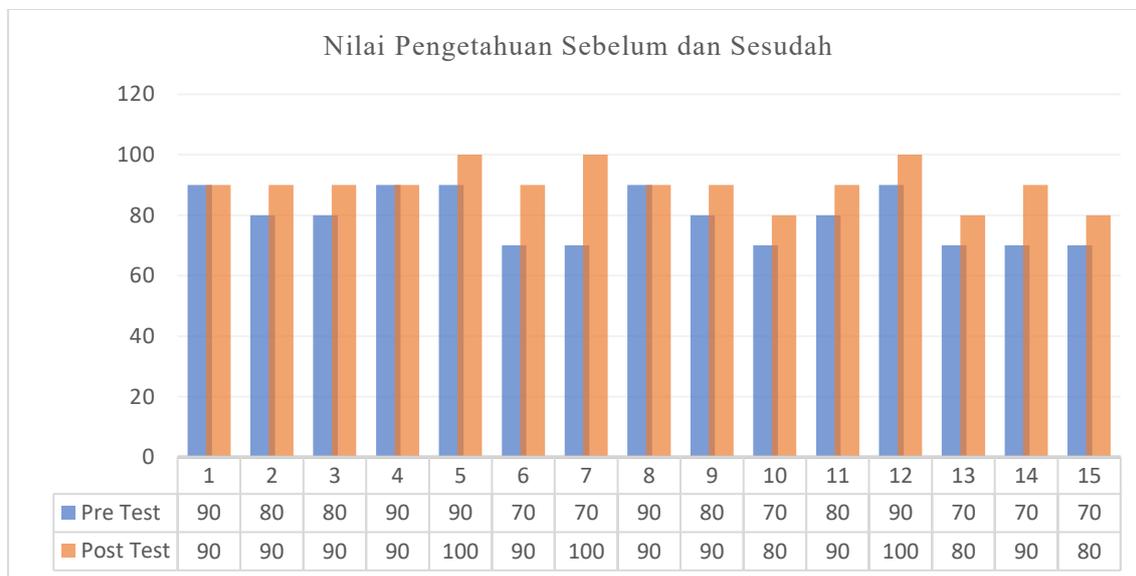
Alat bantu yang digunakan adalah brosur/leaflet, materi bentuk PPT, LCD, lapotop dan Kuesioner.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan kepada para ibu hamil yang mengalami KEK telah terlaksana dengan baik. Kegiatan ini diadakan di Puskesmas Landasan Ulin Timur yang dihadiri oleh 15 orang ibu hamil yang mengalami KEK dan tim pengabdian kepada masyarakat yang terdiri dari dosen, mahasiswa, dan tenaga puskesmas. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu-ibu hamil tentang KEK.

Kegiatan ini dilakukan dengan 2 (dua) metode, pertama adalah penyuluhan yang diawali dengan presentasi atau ceramah tentang KEK dan pengolahan makanan untuk ibu hamil KEK, selanjutnya dilakukan tanya jawab untuk lebih memahami materi yang telah diberikan. Kedua adalah pendampingan terhadap para ibu hamil KEK tentang KEK dan juga pengolahan makanannya.

Setelah diberikan penyuluhan dan pendampingan oleh tim pengabdian kepada masyarakat selanjutnya dilakukan pre test dan post test untuk melihat pengetahuan sebagai bentuk evaluasi ketercapaian atau keberhasilan kegiatan. Hasil pre test dan post test pengetahuan para ibu hamil KEK dapat dilihat pada gambar berikut:



Gambar 1. Rekapitulasi Nilai Pengetahuan Ibu-Ibu Hamil KEK sebelum dan Sesudah dilakukan Penyuluhan dan Pendampingan Tahun 2025

Sesuai gambar di atas didapatkan bahwa ada peningkatan rata-rata nilai pengetahuan ibu-ibu hamil KEK dari nilai rata-rata pengetahuan 79 sebelum penyuluhan dan pendampingan menjadi nilai rata-rata pengetahuan 90 setelah dilakukan penyuluhan dan pendampingan. Sebanyak 80% ibu-ibu mengalami peningkatan nilai, sementara 20% tetap, dan tidak ada peserta yang mengalami penurunan nilai. Dengan melihat data tersebut mengindikasikan bahwa metode kegiatan yang diberikan penyuluhan dan pendampingan/konseling efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta terhadap materi yang diberikan, khususnya terkait topik KEK (Kekurangan Energi Kronik).

Hasil ini sesuai dengan teori Notoatmodjo (2012) menyatakan bahwa penyuluhan kesehatan berguna untuk meningkatkan pengetahuan, terutama jika dilakukan secara aktif dan komunikatif. Kemenkes RI (2020) menyatakan bahwa penyuluhan gizi kepada ibu hamil merupakan strategi penting untuk mencegah KEK dan stunting karena pengetahuan gizi terkait dengan kebiasaan makan sehari-hari. Selain itu, pendampingan atau konseling gizi sangat penting untuk mendampingi ibu hamil yang menderita KEK secara individu atau kelompok. Konseling memungkinkan peserta untuk menyampaikan masalah mereka dan mendapatkan solusi yang lebih sesuai dengan kondisi mereka masing-masing. Hasil riset Rahayu & Hartono (2020) menunjukkan bahwa kombinasi penyuluhan dan konseling gizi lebih efektif daripada penyuluhan saja dalam meningkatkan praktik gizi ibu hamil dan WHO (2016) juga menyarankan konseling gizi sebagai langkah berbasis bukti untuk menurunkan angka KEK dan meningkatkan hasil kehamilan.

## SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat baik dengan penyuluhan maupun pendampingan yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan ibu hamil tentang KEK serta memberikan pendampingan dalam mengelola kondisi KEK telah

berhasil dilaksanakan. Hasil pre tes menunjukkan bahwa sebagian besar pengetahuan para ibu hamil mengenai KEK sudah bagus. Setelah dilakukan penyuluhan dengan ceramah/presentasi dan tanya jawab serta pendampingan/konseling dilakukan postest menunjukkan peningkatan pengetahuan. Penyuluhan dan pendampingan yang dilakukan secara sistimatis terbukti efektif meningkatkan pemahaman tentang KEK.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada para Ibu Hamil yang mengalami kekurangan energi kronik yang telah bersedia menjadi mitra kegiatan dan kepada pihak puskesmas Landasan Ulin Timur yang telah bekerjasama dalam kegiatan ini.

### REFERENSI

- Dinas Kesehatan Banjarbaru. (2023). Data Jumlah Ibu Hamil KEK di Banjarbaru Tahun 2022 dan Tahun 2023
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan KEK pada Ibu Hamil*
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nuraeni, dkk. (2024). Hubungan antara Kekurangan Energi Kronis (KEK) Ibu hamil dan Kejadian Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR) di Puskesmas SITOPENG. *Tunas Media Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*. Universitas Swadaya Gunung Jati
- Puteri, AA, Salsabella, S. (2023). Dampak Penyakit KEK Pada Ibu Hamil. *Student Scientific Creativity Journal*. Universitas Sultan Ageng Tirtayasa
- Rahayu, W., & Hartono, R. (2020). Pengaruh edukasi dan konseling gizi terhadap peningkatan pengetahuan dan praktik ibu hamil dalam mencegah KEK. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 12
- Susanti, dkk. (2024). Faktor Yang berhubungan Dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronik Pada Ibu Hamil. *Jurnal Lentera Perawat* Vol. 5 No. 1 tahun 2024
- WHO. (2016). *Recommendations on Antenatal Care for a Positive Pregnancy Experience*. Geneva: World Health Organization



This is an open access article under the [CC BY-NC 4.0 license](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).