# JURNAL GIZI ILMIAH

https://jurnal.karyakesehatan.ac.id/JGI/index
Volume 11| Nomor 2| Mei - Agustus | 2024
ISSN: 2407-5515, EISSN: 2745-990X


# Pengaruh Edukasi Diet Emesis Dengan Media Booklet Terhadap Peningkatan Pengetahuan Pada Ibu Hamil KEK di Wilayah Kerja Puskesmas Poasia


**Meri Merlindah[1], Habib Ihsan M[2], Desiderius Bela Dhesa[3] , Akhmad[4]**

[1,2,3] Prodi S1 Gizi, STIKes Karya Kesehatan, [4] Prodi DIII Keperawatan, Politeknik Kesehatan



***Keywords*** *: Knowledge, Nausea and Vomiting, booklet, KEK Pregnant Women*

**Kata Kunci** : Pengetahuan, Mual, Muntah, booklet, Ibu Hamil KEK



***Corespondensi Author***
Habib Ihsan M
Prodi Gizi, STIKes Karya Kesehatan
Jln A.H. Nastion No. 89 G,Andunohu
Email : habibihsanmuhim@gmail.com



***Abstrak***

*Masalah emesis gravidarum menjadi sebuah fenomena pada ibu hamil khususnya pada usia kehamilan muda.. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh edukasi diet emesis dengan media booklet terhadap peningkatan pengetahuan pada ibu hamil KEK diwilayah kerja puskesmas Poasia. Metode dalam penelitian ini adalah pra eksperimental. Populasi dalam penelitian adalah ibu hamil KEK sebanyak 48 Ibu Hamil. Sampel dalam penelitian ini 32 dengan menggunakan Teknik purposive sampling. Hasil penelitian menunjukkan Pengetahuan ibu hamil KEK tentang Diet emesis sebelum diberikan intervensi masih kurang (skor rata-rata =55,16), sedangkan pengetahuan setelah diberikan intervensi menjadi baik (skor rata-rata =68,13). Setelah diberikan edukasi diet emesis dengan media booklet, terdapat pengaruh terhadap pemberian edukasi diet emesis dengan media booklet terhadap pengetahuan ibu hamil KEK (nilai p=0,000/p<0,05). Diharapkan kepada ibu hamil agar selalu mencari informasi tentang komplikasi kehamilan khususnya emesis gravidarum, serta dapat menyikapi dengan baik segala komplikasi yang terjadi pada kehamilan.*

***Abstract***

*The phenomenon of Emesis Gravidarum has become a problem for pregnant women especially at the early stage of pregnancy. This study aimed to obtain the effect of emesis diet education uses booklet media to improve knowledge on pregnant women with lacking energy chronic at Poasia health care center. This study used pre experimental method. Population of the study was 48 pregnant women with lacking energy chronic. Sample of the study was 32 women and they were chosen by using purposive sampling technique. Result of the study showed that they had lack of knowledge about emesis diet before intervention (mean score = 55.16) and their knowledge improved after intervention (mean score = 68.13). There's an effect on women's knowledge about emesis diet education used booklet media (p value = 0.000/p < 0.05). Therefore, it recommended that a pregnant woman needs to always search for information about complications in pregnancy especially emesis gravidarum so that they are able to respond well all complications that may occur during pregnancy.*

## PENDAHULUAN

Ibu Hamil Kurang Energi Kronik (KEK) adalah ibu hamil dengan risiko Kurang Energi Kronik (KEK) yang ditandai dengan ukuran Lingkar Lengan Atas (LILA) kurang dari 23,5 cm. Pada kelompok ibu hamil di pedesaan maupun perkotaan lebih dari separuhnya mengalami defisit asupan energi dan protein, pemberian makanan tambahan yang berfokus pada zat gizi makro maupun zat gizi mikro bagi ibu hamil sangat diperlukan dalam rangka pencegahan Bayi Berat Lahir Rendah dan Balita Pendek (Stunting) (kementerian kesehatan, 2018). Kekurangan gizi atau kurang energi kronik (KEK) pada ibu dan bayi telah menyumbang setidaknya 3,5 juta kematian setiap tahunnya di ASIA dan menyumbang 11% dari penyakit global di dunia (Diniati, I, 2022)

Upaya perbaikan status gizi masyarakat akan memberikan kontribusi nyata bagi tercapainya tujuan pembangunan nasional terutama dalam penurunan prevalensi Kurang Energi Kronik pada ibu hamil yang pada akhirnya akan dapat meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Upaya program yang dilakukan yaitu edukasi makanan diet emesis untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil kekurangan Energi Kronik (KEK).

Menurut World Health Organization WHO (2018) melaporkan bahwa prevalensi KEK pada kehamilan secara global yaitu 35-75%, dimana Secara bermakna kejadiannya lebih tinggi pada trimester ketiga dibandingkan trimester pertama dan kedua kehamilan. Terdapat 40% kematian ibu dinegara berkembang berkaitan dengan kejadian anemia dan KEK (Martina, 2020).

Indikator dan Target Program Kesehatan Masyarakat dalam Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) dan Rencana Strategis (Renstra) tahun 2020-2024, persentase ibu hamil Kurang Energi Kronik (KEK) 14,5% (Kementerian Kesehatan, 2020). Berdasarkan Riskesdas tahun 2018 menunjukkan masih tingginya prevalensi kekurangan gizi pada ibu hamil di Indonesia, antara lain sebanyak 17,3% ibu hamil dalam kondisi Kurang Energi Kronik (Riskesdas, 2018). Pengukuran LILA dan IMT ibu hamil pada saat kunjungan antenatal sangat penting untuk mengetahui status gizi ibu.

Provinsi Sulawesi Tenggara memiliki proporsi risiko KEK pada ibu hamil sebesar 28% yang tentunya berada di atas rata-rata proporsi dari keseluruhan provinsi di Indonesia, lebih tepatnya peringkat ke empat dengan proporsi tertinggi. Berdasarkan data statistik kota Kendari hingga tahun 2019 sebesar 1119 jumlah ibu hamil KEK.

Dampak KEK terhadap ibu menyebabkan terjadinya resiko komplikasi seperti anemia, pendarahan, komplikasi persalinan, mudah lelah. Dampak terhadap janin kekurangan gizi pada ibu hamil dapat mempengaruhi proses pertumbuhan janin dan dapat menyebabkan lahir prematur, bayi lahir mati, kematian neonatal, cacat bawaan, anemia pada bayi, berat badan lahir rendah (BBLR) (SariMerisa, 2021).

Mual (nausea) dan muntah (emesis) adalah suatu gejala yang sangat sering terjadi pada masa kehamilan yang dirasakan oleh wanita hamil yaitu berkisar pada 60-80% kasus pada kehamilan primigravida dan juga 40-60% kasus pada kehamilan multigravida. Mual dan muntah biasanya terjadi pada pagi hari dan dapat dirasakan keberlangsungannya hingga siang atau malam hari tergantung dari kondisi ibu hamil nya. Rasa mual dan muntah ini biasanya dimulai di minggu pertama masa kehamilan yang berlangsung dan biasanya berakhir pada bulan keempat bisa dirasakan ibu hamil sepanjang kehamilan jika penanganan mual muntah ini tidak dilakukan dengan baik dan benar (Kresna Wati et al., 2021).

Menurut World Health Organization (WHO), kejadian emesis gravidarium terjadi di seluruh dunia dengan angka kejadian mencapai 12.5 % dari seluruh kehamilan. Angka kejadian emesis gravidarum yang terjadi di dunia sangat beragam yaitu 10.8% di China, 2.2% di Pakistan, 1-3% di Indonesia, 1.9% di Turki, 0.9% di Norwegia, 0.8% di Canada, 0.5% di California, 0,5%-2% di Amerika (WHO, 2019)

Angka kejadian emesis gravidarum di Indonesia yang didapatkan dari 2.203 kehamilan yang dapat diobservasi secara lengkap adalah 543 orang ibu hamil yang terkena emesis gravidarum. Di Indonesia sekitar 10% wanita hamil yang terkena emesis gravidarum. Mual dan muntah terjadi pada 60-80% primigravida dan 40-60% pada multigravida. (Ariyanti Lidya.,et al.,2021:41).

Berdasarkan data dari RSUD Kota Kendari Provinsi Sulawesi Tenggara Tahun 2017 jumlah seluruh ibu hamil 1055 orang yang mengalami emesis gravidarum 94 (8,90 %) orang. Keluhan mual muntah pada awal kehamilan sebenarnya hal yang fisiologis, namun bila keluhan ini dibiarkan dan tidak ditangani maka akan menjadi hal yang membahayakan, apabila emesis gravidarum berkelanjutan menjadi hiperemesis gravidarum maka akan mengakibatkan gangguan

pada kehamilan misalnya ibu akan mengalami syok, dehidrasi, ketidakseimbangan cairan elektrolit, dan dapat terjadi robekan pada lambung dan selaput jaringan eshopagus akibat terlalu sering muntah. Sedangkan risiko pada janin akan mengalami prematur, tumbuh kembang janin terhambat, bayi lahir dengan berat badan rendah, dan apgar score kurang dari tujuh (Manuaba,2010 dikutip dari Muarifah Ummi.,et al.,2021)

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Poasia Kota Kendari Provinsi Sulawesi Tenggara pada bulan Agustus 2023 ditinjau dari laporan Pemantauan Wilayah Setempat (PWS) Kesehatan Ibu dan Anak (KIA) berdasarkan laporan per triwulan, sejak Mei hingga Juli 2023 persentase ibu hamil KEK sebesar 48 orang yang terdiri dari 5 kelurahan yaitu Kelurahan Andonohu, Kelurahan Rahandouna, Kelurahan Anggoeya, Kelurahan Matabubu, dan Wundumbatu. Cakupan persentase ibu hamil emesis sebesar 70% dari total keseluruhan ibu hamil KEK, hal ini terjadi karena banyaknya ibu hamil dengan trimester pertama yang masih kebingungan dalam mengatasi permasalahan mual dan muntah pada masa kehamilan karena kurangnya pengetahuan yang dimiliki.

Salah satu alternatif dalam mengatasi masalah diatas yaitu dengan memberikan edukasi dan penyuluhan kepada ibu hamil dengan menggunakan media booklet. Media edukasi lain yang digunakan yaitu berupa leaflet. Leaflet merupakan selembaran kertas yang berisi tulisan dengan kalimat-kalimat singkat, mudah dimengerti, dan gambar-gambar yang sederhana. (Notoatmojo,2010). Akan tetapi leaflet memiliki kekurangan yaitu karena hanya selembaran sehingga tidak dapat memuat informasi yang lengkap dan rinci. Sedangkan booklet merupakan salah satu media edukasi yang dapat mempermudah dan memperjelas audiens dalam memahami materi yang disampaikan karena berisi kombinasi tulisan dan gambar. Kombinasi tulisan dan gambar yang menarik perhatian dapat lebih mudah dalam pemahaman dan dapat menghindari kejenuhan audiens dalam membacanya. Booklet memiliki kelebihan yaitu memuat informasi yang lebih lengkap, rinci, jelas, dan dapat dibaca berulang-ulang. Hal tersebut menjadi alasan peneliti untuk memilih booklet sebagai media edukasi diet emesis pada ibu hamil KEK dan diharapkan dapat berpengaruh pada peningkatan pengetahuan ibu hamil.

Berdasarkan data tersebut Puskesmas Poasia Kota Kendari masih jauh dari target yang dicapai terhadap penurunan angka kejadian pada ibu hamil KEK, untuk itu peneliti berminat mengambil kasus tersebut untuk dijadikan suatu penelitian lebih lanjut.

## METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian pra eksperimental karena menguji pengaruh pemberian edukasi diet emesis menggunakan media booklet terhadap peningkatan pengetahuan pada ibu hamil KEK. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 32 responden. Penentuan jumlah sampel yang digunakan oleh penulis dalam penelitian ini adalah berdasarkan metode Slovin sebagai alat ukur untuk menghitung ukuran sampel.

## HASIL

**Pengetahuan Ibu hamil KEK sebelum dan sesudah Edukasi Diet emesis**

Pengetahuan sampel berdasarkan skor jawaban benar dari pertanyaan yang diberikan. Berikut ini skor pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan intervensi edukasi diet emesis.

Tabel 1
Skor pengetahuan ibu hamil KEK sebelum dan sesudah diberikan intervensi edukasi diet emesis
Paired Samples Statistics

| | | Mean | N | Std. Deviation | Std. Error Mean |
|---|---|---|---|---|---|
| Pair 1 | *Pre Test* | 55.16 | 32 | 9.877 | 1.746 |
| | *Pos Test* | 68.13 | 32 | 10.060 | 1.778 |

Sumber: Data Primer, diolah tahun 2023

Berdasarkan tabel 1 diatas dapat dilihat bahwa skor rata-rata pengetahuan ibu hamil sebelum intervensi (*Pre Test*) adalah 55,16 dan setelah intervensi (*Post Test*) adalah 68,13. Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah diberikan intervensi edukasi diet emesis terjadi peningkatan skor pengetahuan sebanyak 12,97 poin. Untuk nilai Std. Deviation (standar deviasi) pada *Pre Test* sebesar 9,877 dan untuk *Post Test* sebesar 10,060.

**Perbedaan Pengetahuan Ibu hamil KEK Sebelum dan Sesudah Edukasi Diet Emesis**

Tabel 2.

Perbedaan pengetahuan ibu hamil KEK sebelum dan sesudah diberikan intervensi edukasi diet emesis.

**Paired Samples Test**

| | | Paired Differences | | | | | t | df | Sig. (2-tailed) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Mean | Std. Deviation | Std. Error Mean | 95% Confidence Interval of the Difference | | | | |
| | | | | | Lower | Upper | | | |
| Pair 1 | Pre Test - Pos Test | -12.969 | 11.904 | 2.104 | -17.261 | -8.677 | -6.163 | 31 | .000 |

Sumber: Data Primer, diolah tahun 2023

Berdasarkan tabel output diketahui nilai Sig. (2-tailed) adalah sebesar 0,000 < 0,05 maka H0 ditolak dan Ha diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan rata-rata antara hasil pengetahuan ibu hamil KEK Pre Test dengan Post Test yang artinya ada pengaruh pemberian edukasi diet emesis dengan media booklet terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil KEK di wilayah kerja Puskesmas Poasia.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian diatas diketahui bahwa skor rata-rata pengetahuan ibu hamil sebelum intervensi (*Pre Test*) adalah 55,16 dan setelah intervensi (*Post Test*) adalah 68,13. Hasil penelitian menunjukan bahwa setelah diberikan intervensi edukasi diet emesis terjadi peningkatan skor pengetahuan sebanyak 12,97 poin. Untuk nilai Std. Deviation (standar deviasi) pada Pre Test sebesar 9,877 dan untuk Post Test sebesar 10,060.

Pengetahuan berpengaruh terhadap kejadian kekurangan energi kronik (KEK) dimana kebiasaan diet dan pemilihan makanan dapat dipengaruhi oleh pengetahuan seseorang, praktek-praktek pengetahuan tentang nutrisi melandasi pemilihan makanan dan sikap terhadap makanan. Pendidikan formal dari ibu rumah tangga sering kali mempunyai asosiasi yang positif dengan pengembangan pola-pola konsumsi makanan dalam keluarga

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Febridayanni Hutapea dengan judul Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Trimester I Tentang Emesis Gravidarum Di Puskesmas Gunungtua Kecamatan Padang Bolak Kabupaten Padang Lawas Utara Tahun 2021. Hasil penelitian menunjukkan tingkat pengetahuan baik sebanyak 17 orang (30,9 %), cukup sebanyak 6 orang (10,9%) dan pengetahuan kurang sebanyak 32 orang (8,2%). Hal ini membuktikan masih terdapat banyak ibu hamil dengan tingkat pengetahuan yang kurang terhadap diet emesis, sehingga perlu memperbanyak sarana edukasi/ penyuluhan khususnya pada ibu hamil muda yang mengalami KEK.

Kekurangan energi kronik disebabkan karena kurangnya konsumsi pangan sumber energi yang diperlukan oleh tubuh. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ani Retni, Nikmawati Puluhulawa dengan judul pengaruh pengetahuan ibu hamil terhadap kejadian kekurangan energi kronik di wilayah kerja Puskesmas Batudaa Pantai. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan ibu hamil berada pada kategori pengetahuan kurang lebih banyak ibu hamil KEK memiliki pengetahuan kurang dibandingkan dengan ibu hamil tidak KEK dan pengetahuan ibu hamil dapat berpengaruh terhadap kejadian kekurangan energi kronik (p = 0,00).

Safitri dkk dalam penelitiannya tentang pengaruh edukasi gizi dengan ceramah dan booklet, mengungkapkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan dan sikap gizi pada remaja *overweight* setelah mendapatkan edukasi gizi dengan booklet. Peningkatan rerata pengetahuan gizi dari 73,96 menjadi 78,89 yang secara statistik didapatkan nilai p < 0,05. (Safitri & Fitranti, 2018).

Penelitian lain juga mengungkapkan bahwa pemberian edukasi dengan booklet terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang anemia di Puskesmas Gatak tahun 2016, jumlah ibu hamil pengetahuan meningkat dari 58,7% menjadi 95,7% dan secara signifikan

terdapat perbedaan yang bermakna (p=0,000). (Wijayanti, 2017).

Dari uraian diatas dapat menjadi gambaran bahwa terdapat hubungan terhadap pemberian edukasi diet emesis dengan peningkatan pengetahuan ibu hamil KEK. Oleh karena itu perlu adanya penerapan lebih lanjut terhadap pelayanan Kesehatan khususnya dalam menangani permasalahan ibu hamil KEK yang mengalami emesis pada masa kehamilan

## SIMPULAN

Pengembangan media booklet tentang diet emesis efektif digunakan sebagai media edukasi diet emesis yang mana dapat mempengaruhi perbedaan skor pengetahuan dan sikap responden sebelum dan sesudah intervensi. Pengetahuan ibu hamil KEK tentang Diet emesis sebelum diberikan intervensi masih kurang (skor rata-rata =55,16), sedangkan pengetahuan setelah diberikan intervensi menjadi baik (skor rata-rata =68,13). Setelah diberikan edukasi diet emesis dengan media booklet, terdapat pengaruh terhadap pemberian edukasi diet emesis dengan media booklet terhadap pengetahuan ibu hamil KEK (nilai p=0,000/p<0,05)

## SARAN

Bagi Ibu Hamil disarankan kepada ibu hamil KEK untuk meningkatkan pengetahuan secara mandiri dengan cara membaca ulang booklet tentang diet emesis atau mencari tahu sumber lain dari internet, buku, atau mengikuti penyuluhan kesehatan dan mengaplikasikan materi tentang emesis yang telah diperoleh melalui pendidikan kesehatan yang telah diterima.

Bagi Puskesmas perlu adanya penyuluhan secara berkala mengenai masalah emesis pada ibu hamil terutama ibu hamil KEK sehingga masyarakat/ibu hamil khususnya dapat menyikapi secara positif dan mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari.

Bagi Program Kesehatan, media booklet cukup efektif sebagai salah satu media edukasi yang dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil.

## DAFTAR RUJUKAN

Astuti, N. K. S. N., Lindayani, S. K. M., & Mauliku, M. P. (2020). *Manfaat Penyuluhan Dengan Media Booklet Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Trimester I Tentang Emesis Gravidarum* (Doctoral dissertation, jurusan kebidanan).

A.Wawan dan Dewi M. (2019). Teori Pengukuran Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Manusia,Nuha Medika.

Dafiu, T. R., Maryani, T., & Estiwidani, D. (2017). *Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Gizi Kehamilan Dengan Kejadian Kurang Energi Kronik (KEK) pada Kehamilan di Kota Yogyakarta Tahun 2017* (Doctoraldissertation, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta).

Dinas Kesehatan Kota Kendari. (2021). *Laporan Tahunan*

Kementerian Kesehatan RI, (2018). *Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 34 Tahun 2017 tentang Standar Pelayanan kefarmasian di Rumah Sakit*,Jakarta, Menteri Kesehatan Republik Indonesia

Kresna Wati, P., Dewi Susanti, V., & Br Karo, M. (2021). *Pengaruh Aromaterapi LemonMual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester 1 Di Klinik Paramitra The Effect of Lemon Aromatherapy, Nausea And Vomiting On Trimester I Pregnant Women In Paramitra Clinic*. PlacentumJurnalIlmiah Kesehatan Dan Aplikasinya, 9(2), 2021

Lestari, A. P. T., Suriyati, S., & Asmariyah, A. (2023). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronik (Kek) Pada Ibu Hamil Di Kota Bengkulu.* Journal Of Midwifery, 11(1), 1-7.

Panjaitan, H. C., Sineri, D. I., Puteri, H. S., Febriyadin, F., & Pujihastuti, E. S. (2022). *Edukasi Gizi Dan Penyusunan Menu Pemulihan untuk Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil KEK*. Magistrorum et Scholarium: Jurnal Pengabdian Masyarakat, 2(3), 465-487.

Ramdhani, A., Handayani, H., & Setiawan, A. (2021). *Hubungan Pengetahuan Ibu Dengan Kejadian Stunting*. In Prosiding Seminar Nasional LPPM UMP (Vol. 2, pp. 28-35).

Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) (2018). *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018*. http://www.depkes.go.id/resources/download/infoterkini/materi_rakorpop_2018/Hasil Riskesdas 2018.pdf – Diakses Agustus 2018.

Sari Merisa. (2021). *Faktor faktor yang mempengaruhi terjadinya kekurangan energi kronikpada ibu hamil*. 21(1), 311–316.

WHO (World Health organisation) (2019). *Angka Kematian Ibu dan Angka Kematian Bayi*. World Bank.