

PENILAIAN STATUS GIZI IBU HAMIL

Enok Nurliawati¹, Soni Hersoni²

^{1,2} Universitas Bakti Tunas Husada

*Korespondensi: enoknurliawati@universitas-BTH.ac.id

Abstract

Stunting is a problem of chronic malnutrition. Therefore, malnutrition is not just a lack of nutrients after the baby is born but can be caused by malnutrition during growth in the womb. Thus, monitoring nutritional status during pregnancy is a necessity that must be implemented so that problems related to the nutrition of pregnant women can be immediately addressed. This community service activity aimed to assess the nutritional status of pregnant women. The methods implemented were the examination of mid upper arm circumference, weight gain, Haemoglobin level, history taking, and physical examination, namely the conditional of hair, conjunctiva, lip and mouth mucosa, teeth, palm, fundal height and fetal heart rate. There were 30 participants in this activity over two days, the examination was carried out once per mother. The results obtained from this activity were based on the results of mid upper arm measurements. Most pregnant women have good nutritional status with an increase in body weight. Most are within normal limits or according to gestational age. However, the majority of pregnant women suffer from anemia, namely 17 people (57%) who are supported by the pregnant women's complaints and the results of the physical examination.

Keyword: BMI, Mid upper arm circumference, Status-Nutritional, Women pregnant

Abstrak

Stunting merupakan masalah kekurangan gizi secara kronis. Oleh karena itu kekurangan gizi bukan hanya kekurangan zat nutrient setelah bayi lahir tetapi bisa disebabkan karena kekurangan gizi sejak pertumbuhan dalam rahim, Dengan demikian maka pemantauan status gizi selama kehamilan merupakan suatu keniscayaan yang harus dilaksanakan agar permasalahan yang terkait dengan gizi ibu hamil dapat segera ditangani. Kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ini bertujuan untuk melakukan penilaian status gizi ibu hamil, Metode yang dilaksanakan yaitu pemeriksaan Lingkar Lengan Atas (LiLA), menghitung kenaikan berat badan, pemeriksaan hemoglobin, anamnesis dan pemeriksaan fisik yaitu kondisi rambut, konjungtiva, mukoksa bibir dan mulut, gigi, telapak tangan, Tinggi Fundus Uterus (TFU) dan Denyut Jantung Janin(DJJ). Peserta kegiatan ini berjumlah 30 orang dalam waktu dua hari, pemeriksaan dilaksanakan satu kali setiap ibu hamilnya. Hasil yang didapatkan dari kegiatan ini, berdasarkan hasil pengukuran LiLA sebagian besar ibu hamil mempunyai status gizi baik dengan peningkatan berat badan sebagian besar dalam batas normal (sesuai dengan usia kehamilan) tetapi sebagian besar mengalami anemia yaitu sebanyak 17 orang (57%) yang ditunjang dengan keluhan yang disampaikan oleh ibu dan hasil pemeriksaan fisik.

Kata Kunci: Ibu Hamil, IMT, LiLA, Status Gizi

PENDAHULUAN

Stunting masih merupakan masalah gizi yang sedang dihadapi oleh bangsa Indonesia. Menurut UNICEF Stunting adalah masalah kurang gizi dan nutrisi kronis yang ditandai tinggi badan anak lebih pendek dari standar anak seusianya. Beberapa di antaranya mengalami kesulitan dalam mencapai perkembangan fisik dan kognitif yang optimal seperti lambat berbicara atau berjalan, hingga sering mengalami sakit.

Prevalensi *stunting* di Indonesia sampai dengan tahun 2021 masih di atas yang direkomendasikan oleh WHO. Berdasarkan hasil Survey Status Gizi Indonesia (SSGI) prevalensi stunting di Indonesia pada tahun 2021 yaitu 21,6%. Hal tersebut masih cukup tinggi dibandingkan dengan yang ditargetkan oleh pemerintah pada tahun 2024 yaitu 14%. Sementara prevalensi stunting di Jawa barat masih di atas nasional yaitu 24,5% dan Kota Tasikmalaya merupakan salah satu kota yang masuk dalam urutan ke-9 terbesar prevalensi stunting di provinsi Jawa barat yakni 22,4% (<https://databoks.katadata.co.id>). Berdasarkan data dari Open Data Kota Tasikmalaya Cibeureum termasuk 10 terbesar jumlah stunting pada tahun 2021 yakni urutan ke-7 dengan jumlah 486 Balita (20,82%).

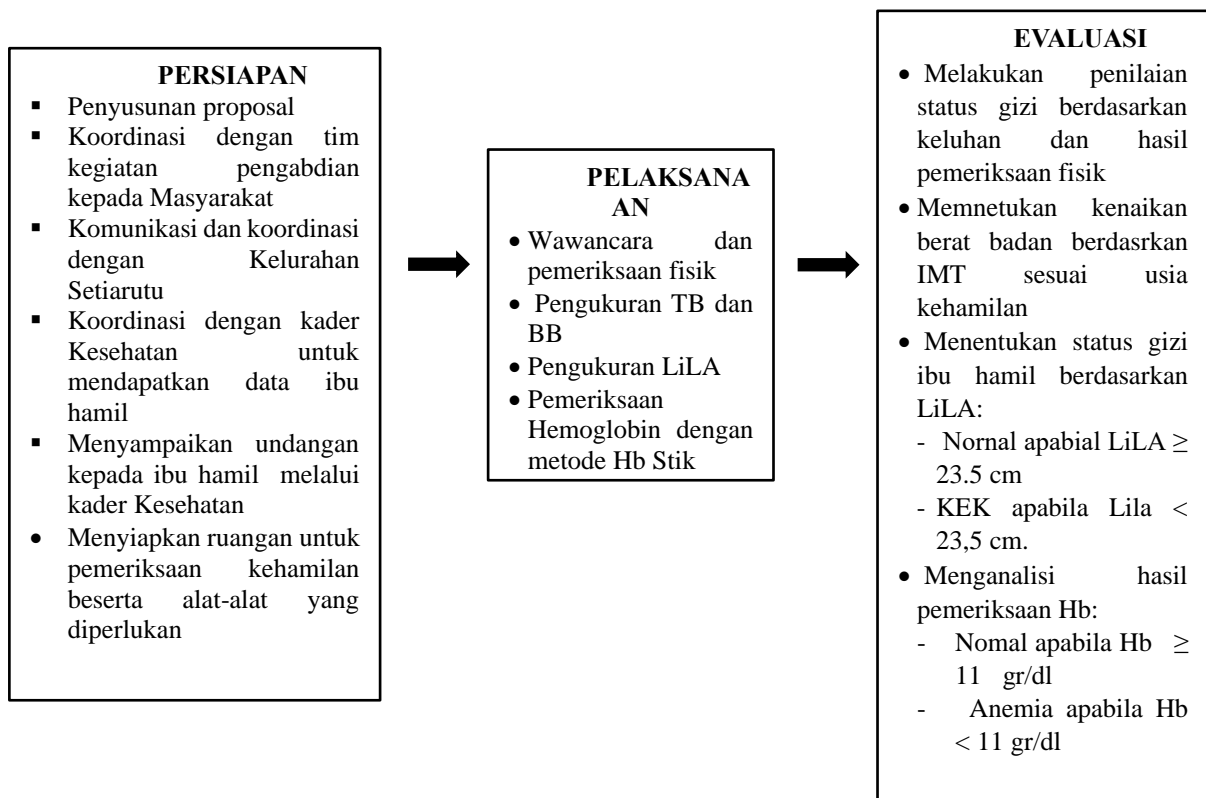
Stunting merupakan masalah kekurangan gizi secara kronis. Oleh karena itu kekurangan gizi bukan hanya kekurangan zat nutrient setelah bayi lahir tetapi bisa disebabkan karena kekurangan gizi sejak pertumbuhan dalam rahim. Menurut WHO, 20% kejadian stunting disebabkan oleh kejadian Kurang Energi Kronis (KEK) pada masa kehamilan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa salah satu faktor penyebab stunting adalah KEK pada ibu hamil (Tristayani, dkk,2020; Komalasari,dkk, 2020; Alfarsi,dkk, 2019) .

Berdasarkan hal tersebut maka perlu kiranya untuk deteksi dini dan memantau status gizi pada ibu hamil. Deteksi dini dilakukan dengan cara pengukuran Lingkar lengan Atas (LiLA) dan pemantauan status nutrisi dapat dilihat dari penambahan berat badan dan tanda-tanda klinis kekurangan nutrisi. Hasil penilaian status gizi ini dapat dijadikan dasar untuk penanganan secara dini apabila terdiagnosis risiko KEK. Dengan demikian maka koreksi atau pemulihan status nutrisi segera ditangani dan ibu tidak mengalami KEK. Hal tersebut sangat penting untuk ibu hamil karena selama proses kehamilan akan terjadi pertumbuhan hasil konsepsi atau janin dalam rahim sehingga janin dapat tumbuh optimal dan lahir dengan berat badan yang normal. Berdasarkan hasil penelitian Sukmawati,dkk (2018) KEK pada ibu hamil berhubungan dengan Berat Badan Lahir rendah (BBLR) dan BBLR berhubungan dengan kejadian Stunting.

Berdasarkan pemaparan diatas, maka perlu kiranya untuk melaksanakan pengabdian kepada masyarakat khususnya bagi ibu hamil yang tempat tinggalnya disekitar Universitas BTH untuk melaksanakan penilaian status gizi pada ibu hamil.

METODE

Metode pengabdian Masyarakat yang dilaksanakan oleh tim adalah dengan cara melaksanakan pemeriksaan status gizi ibu hamil. Sasaran pengabdian Masyarakat ini adalah ibu-ibu hamil yang berdomisili di sekitar kampus Universitas Bakti Tunas Husada yaitu kelurahan Kahuripan, Setiajaya, dan Setiaratu Proses kegiatan dilaksanakan bebrapa tahapan yaitu seperti pada bagan alir berikut ini.



Gambar 1. Diagram Alir Kegiatan Pengabdian Masyarakat

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan pada tanggal 23 dan 24 Januari 2023, bertempat di laboratorium Keperawatan Universitas Bakti Tunas Husada. Kegiatan diikuti oleh 30 orang ibu hamil yang berdomisili di lingkungan Universitas Bakti Tunas Husada yaitu Kelurahan Kahuripan, Setiajaya dan Setiaratu.

Hasil anamnesis didapatkan hasil bahwa usia ibu hamil minimal 20 tahun dan maksimal 42 tahun, dengan usia kehamilan minimal 16 minggu dan maksimal 38 minggu, atau 14 orang kehamilan Trimester II dan 16 orang kehamilan trimester III. Sebagian besar yaitu 22 orang multigravida dan sebagian kecil atau 8 orang primigravida. Pengukuran menggunakan pita LiLA yang sudah terstandar dari Kemenkes RI.



Gambar 2. Pengukuran LiLA pada Ibu Hamil

Interprestasi hasil pengukuran LiLA pada 30 ibu hamil peserta kegiatan adalah sebagai berikut:

Tabel 1 Distribusi Status Gizi Ibu Hamil Berdasarkan Hasil pengukuran LiLA

No	Status Gizi	Jumlah (orang)	Persentase (%)
1.	Gizi Baik	29	97
2.	Kurang Energi Kronis	1	3
Jumlah		30	100

Berdasarkan tabel diatas maka dapat dilihat bahwa sebagian besar ibu hamil yaitu 29 orang (97%) mempunyai status gizi baik atau hasil pengukuran LiLA ≥ 23.5 cm. Pengukuran LiLA merupakan salah satu pengukuran antropometri untuk penilaian status gizi pada ibu hamil, karena lingkaran lengan atas sangat minimal sekali mengalami perubahan meskipun ibu hamil mengalami oedema. Pemeriksaan tinggi badan dan berat badan menggunakan alat yang biasa dipakai untuk pelayanan kesehatan yaitu *microtoice* dan timbangan injak.



Gambar 3. Pengukuran TB dan BB Ibu Hamil

Hasil pengukuran TB dan BB kemudian dijadikan dasar untuk menghitung Indeks Masa Tubuh (IMT) yang selanjutnya dilihat kenaikan berat badan sesuai dengan usia kehamilan. Data Berat badan sebelumnya menggunakan data dari buku KIA masing-masing ibu hamil. Distribusi frekuensi kenaikan BB sesuai dengan IMT pada usia kehamilan ibu dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 2. Distribusi Kenaikan Berat Badan Berdasarkan IMT

No	Kenaikan Berat Badan	Jumlah (orang)	Persentase (%)
1	Kurang	4	13
2	Normal	20	67
3	Lebih	6	20
Jumlah		30	100

Berdasarkan tabel tersebut dapat dilihat bahwa kenaikan berat badan ibu hamil Sebagian besar adalah sesuai dengan usia kehamilannya (normal) yaitu sebanyak 20 orang (67%).

Pemeriksaan kadar hemoglobin ibu hamil menggunakan metode Hb Stik. Pemeriksaan hemoglobin menggunakan metode Hb Stik. Hasil pemeriksaan Hb minimal adalah 7,1 gr/dl dan maksimal adalah 12,5 gr/dl.



Gambar 4. Pemeriksaan Hb Ibu Hamil

Distribusi interpretasi hasil pemeriksaan Hemoglobin pada ibu hamil dapat dilihat pada table dibawah ini.

Tabel 3. Distribusi Ibu Hamil Berdasarkan Hasil Pemeriksaan Hb

No.	Klasifikasi	Jumlah (orang)	Frekuensi (%)
1	Normal	13	43
2	Anemia	17	57
Jumlah		30	100

Berdasarkan tabel tersebut maka sebageian besar ibu hamil mengalami anemia yaitu sebanyak 17 orang (57 %).

Berdasarkan hasil wawancara dan pemeriksaan fisik terkait dengan penilaian status gizi didapatkan data bahwa sebagian ibu mengeluhkan pusing, mata berkunang-kunang, cepat merasa lelah, sesak napas pada saat melaksanakan aktifitas, merasa lemas, konjungtiva pucat, wajah dan bibir pucat, telapak tangan pucat, beberapa ibu hamil mengalami keropos pada giginya. Hasil pemeriksaan tinggi fundus uterus (TFU) semua ibu hamil TFU-nya sesuai dengan usia kehamilan dan hasil pemeriksaan DJJ sebagian besar dalam rentang normal yaitu sebanyak 27 orang (90%).

Berdasarkan hasil pemeriksaan status gizi ibu hamil menunjukkan bahwa sebagian besar atau 27 orang (97%) mempunyai gizi baik dengan hasil pengukuran LiLA $\geq 23,5$ cm dan 1 orang (3%) mengalami KEK. Pengukuran antropometri ibu hamil yang paling sering digunakan adalah kenaikan berat badan ibu hamil dan Lingkar Lengan Atas (LILA) selama kehamilan (Proverawati dan Siti, 2009). Penilaian yang lebih baik untuk menilai status gizi ibu hamil yakni pengukuran LILA, karena pada ibu hamil dengan malnutrisi (gizi kurang atau lebih) kadang-kadang menunjukkan udem tetapi jarang mengenai lengan atas. Berat badan prahamil di Indonesia, umumnya tidak diketahui sehingga LILA

dijadikan indikator gizi kurang pada ibu hamil. Namun dalam menentukan status gizi selain pengukuran LiLA perlu dipertimbangkan juga berat badan dan tinggi badan untuk menentukan IMT. IMT pada ibu hamil dapat dijadikan bahan penilaian status gizi berdasarkan kenaikan berat badan pada masa kehamilan. Berdasarkan hasil pemeriksaan pada kegiatan ini didapatkan data bahwa kenaikan berat badan pada peserta kegiatan Pengabdian Masyarakat ini beragam ada orang yang kenaikan berat badannya kurang yaitu 13%, sesuai dengan usia kehamilan yaitu 67% dan kenaikan berat badan berlebih yaitu 20%. Masalah status gizi bukan hanya yang gizi kurang tetapi kenaikan berat badan yang berlebih atau mengalami obesitas pada masa kehamilan pun mempunyai risiko, baik untuk ibu maupun untuk janinnya. KEK pada kehamilan dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan janin, berat badan lahir rendah dan jangka Panjang dapat menyebabkan anak yang terlahir mengalami *stunting*. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian Alfari et al (2019) dan Dewi et al., (2020) yang menyatakan bahwa ada hubungan yang bermakna antara status gizi selama kehamilan dengan kejadian *stunting* pada Balita. Pada ibu hamil yang mengalami obesitas atau kenaikan berat badan lebih dari yang seharusnya juga mempunyai risiko terhadap status Kesehatan ibu dan janin diantaranya adalah Diabetes Melitus, Hipertensi, perdarahan, janin besar, risiko lahir mati, penyakit jantung pada bayi (Ris Natalia, 2020). Dengan demikian maka perlu kiranya memperhatikan status gizi ibu selama kehamilan karena akan berpengaruh terhadap status kesehatan ibu dan juga pada janin bahkan dapat meningkatkan risiko kematian pada ibu dan janin.

Hasil pemeriksaan kadar hemoglobin menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil mengalami anemia yaitu sebanyak 17 orang (57%). Hasil tersebut ditunjang dengan hasil anamnesis pada ibu bahwa sebagian besar keluhan ibu menunjukkan gejala anemia yaitu pusing, mata berkunang-kunang, cepat lelah, apabila beraktivitas cepat merasa sesak napas, dan hasil pemeriksaan fisik menunjukkan bahwa wajah dan bibir pucat, konjungtiva anemis, telapak tangan pucat. Hemoglobin merupakan senyawa protein yang menyusun eritrosit. Protein tersebut berasal dari zat nutrient yang dikonsumsi oleh ibu, sehingga apabila ibu mengkonsumsi makanan yang seimbang maka akan menjaga kadar hemoglobin dalam darah. Hemoglobin berfungsi untuk tranferti oksigen dalam tubuh, sehingga apabila kekurangan hemoglobin atau anemia maka sel-sel tubuh akan kekurangan oksigen akibatnya akan menurunkan metabolisme dan pada janin akan mengalami kekurangan oksigen yang bisa menyebabkan distress janin apabila tidak segera dikoreksi maka bisa menyebabkan *Intra Uterine Fetal Death* (IUFD).

SIMPULAN

Status Gizi ibu hamil berdasarkan LiLA sebagian besar yaitu 29 orang (97%) adalah baik dan sebagian besar kenaikan berat badan normal, tetapi hasil pemeriksaan hemoglobin sebagian besar mengalami anemia yaitu sebanyak 17 orang (57%), sebagian ibu hamil mengeluhkan lemah, cepat lelah, pusing, penglihatan berkunang-kunang, wajah, bibir dan telapak tangan pucat, gigi keropos dan konjungtiva anemis. Dengan demikian maka hasil kegiatan ini perlu ditindaklanjuti dengan pemberian edukasi tentang gizi seimbang untuk ibu hamil sehingga ibu dapat mengkonsumsi makanan sesuai dengan kebutuhannya, edukasi olahraga yang sesuai dengan ibu hamil, dan edukasi tentang konsumsi tablet Fe agar ibu bisa konsumsi sesuai dengan anjuran petugas kesehatan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Kami mengucapkan terimakasih kepada Universitas Bakti Tunas Husada yang sudah memberikan dana untuk melaksanakan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini melalui LPPM Universitas BTH.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfari, R., Nurmalasari, Y., & Nabilla, S. (2019). Status Gizi Ibu Hamil Dapat Menyebabkan Kejadian Stunting Pada Balita, *Jurnal Kebidanan* (Vol. 5, Issue 3).
- Dewi, R., Evrianasari, N., Yuviska, I. A., Rejo, P. K., & Pesawaran, K. (2020). Kadar Hb, Lila Dan Berat Badan Ibu Saat Hamil Berisiko Terhadap Kejadian Stunting Pada Anak Usia 1-3 Tahun. *Jurnal Kebidanan* (Vol. 6, Issue 1).
- Ris Natalia, J. (2020). Pengaruh Obesitas dalam Kehamilan Terhadap Berat Badan Janin. *Medula*, (Vol. 10).

- Arisman (2009) *Gizi dalam Daur Kehidupan*. Cetakan IV. Jakarta: EGC.
- Komalasari, dkk. (2020) Faktor-faktor Penyebab Kejadian Stunting pada Balita, *Jurnal Majalah Kesehatan Indonesia*, Vol. 1 No. 2
- Kusnandar, V.B. (2022). *10 Provinsi dengan Angka Stunting Tertinggi Nasional Tahun 2021* di akses dari <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/>
- Najoan, J.A. & Manampiring, A.E., (2011) Hubungan Tingkat Sosial Ekonomi dengan KEK pada Ibu Hamil di Kelurahan Kombos Barat Kecamatan Singkil Kota Manado. *Jurnal Kesehatan*. Vol. 2.
- Open Data Kota Tasikmalaya (2022) *Jumlah Balita Stunting tahun 2021*, diakses dari <https://data.tasikmalayakota.go.id/>
- Proverawati, Siti Asfuah (2009) *Buku Ajar Gizi Untuk Kebidanan*. Jakarta: Nuha Medika.
- Sayogo, S., (2007) *Gizi Ibu Hamil*. Jakarta: FKUI.
- Supriasa (2012) *Pendidikan dan Konsultasi Gizi*. Jakarta: EGC. Tristayani, dkk. (2020). Hubungan Faktor Ibu dengan Kejadian Stunting, *Jurnal Maternitas Aisyah*, Vol. 1 No. 3