

Pemeriksaan Status Gizi Ibu Hamil

Rosdiana Syakur¹, Mohammad Basri²

^{1,2}Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia Timur, Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis: Rosdiana syakur

E-mail: rosdiana@uit.ac.id

Abstrak

Stunting adalah masalah yang disebabkan oleh kekurangan gizi kronis. Oleh karena itu, kekurangan gizi tidak hanya terjadi setelah bayi lahir, tetapi juga bisa disebabkan oleh kekurangan gizi selama pertumbuhan dalam rahim. Dengan demikian, pemantauan status gizi selama kehamilan sangat penting untuk dilakukan agar masalah gizi pada ibu hamil dapat segera diatasi. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk menilai status gizi ibu hamil. Metode yang digunakan meliputi pemeriksaan Lingkar Lengan Atas (LiLA), penghitungan kenaikan berat badan, dan pemeriksaan hemoglobin. Kegiatan ini melibatkan 60 peserta dalam waktu dua hari, di mana setiap ibu hamil menjalani pemeriksaan satu kali. Dari hasil kegiatan ini, sebagian besar ibu hamil memiliki status gizi yang baik berdasarkan pengukuran LiLA, dengan kenaikan berat badan yang sebagian besar berada dalam batas normal sesuai dengan usia kehamilan. Namun, masih ada beberapa ibu hamil yang mengalami anemia yaitu sebanyak 7 orang (11,6%), yang didukung oleh keluhan yang disampaikan pada saat pemeriksaan fisik.

Kata kunci - Lingkar Lengan Atas, Status Gizi, Anemia, Ibu Hamil

Abstract

Stunting is a problem caused by chronic malnutrition. Therefore, malnutrition does not only occur after the baby is born but can also result from inadequate nutrition during growth in the womb. Thus, monitoring nutritional status during pregnancy is crucial to address any nutrition-related issues in pregnant women promptly. This community service activity aims to assess the nutritional status of pregnant women. The methods used include Mid Upper Arm Circumference (MUAC) measurement, weight gain calculation, and hemoglobin testing. This activity involved 60 participants over two days, with each pregnant woman undergoing one examination. The results showed that most pregnant women had good nutritional status based on LiLA measurements, with weight gain mostly within the normal range according to gestational age. However, some pregnant women were found to have anemia, with 7 women (11.6%) affected, as indicated by the complaints expressed during the physical examination.

Keywords - Mid upper arm circumference, Status Nutritional, Anemia, Women pregnant

PENDAHULUAN

Stunting merupakan keadaan tubuh pendek atau sangat pendek yang melampaui defisit <-2 standar deviasi dibawah median panjang/tinggi badan berdasarkan standar pertumbuhan WHO. Secara global pada tahun 2018 sebanyak 149 juta anak usia 0-5 tahun di dunia mengalami stunting. Riskesdas 2018 menunjukkan prevalensi stunting secara nasional adalah 30,8 %. Sulawesi Selatan menempati urutan ke-4 dengan prevalensi stunting tertinggi di Indonesia, dan berdasarkan sebaran wilayah, stunting tertinggi ditemukan di Kabupaten Enrekang dan Bone sebesar 30,1 %.

Beberapa penelitian yang dilakukan di Indonesia, berat badan lahir rendah merupakan salah satu faktor resiko yang paling dominan untuk terjadinya stunting. Salah satu penyebab terjadinya BBLR adalah ibu hamil kekurangan gizi. Gizi dan nutrisi ibu hamil merupakan hal penting yang harus dipenuhi selama kehamilan berlangsung. Pemeriksaan status gizi ibu hamil adalah salah satu aspek penting dalam upaya meningkatkan kesehatan ibu dan janin. Status gizi yang baik pada ibu hamil sangat mempengaruhi perkembangan janin, proses kehamilan, serta kesehatan ibu pasca-persalinan. Ibu hamil memerlukan asupan gizi yang memadai untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan janin yang optimal serta menjaga kondisi kesehatan ibu selama masa kehamilan. Kekurangan gizi pada ibu hamil dapat menyebabkan berbagai komplikasi, termasuk pertumbuhan janin terhambat, berat badan lahir rendah (BBLR), hingga risiko kematian ibu dan bayi.

Pentingnya pemeriksaan status gizi ibu hamil menjadi semakin nyata mengingat tingginya prevalensi malnutrisi dan anemia di berbagai negara, termasuk di Indonesia. Berbagai faktor dapat mempengaruhi status gizi ibu hamil, seperti asupan makanan yang tidak seimbang, kondisi kesehatan sebelum kehamilan, serta akses terhadap layanan kesehatan. Oleh karena itu, pemantauan dan pemeriksaan rutin terhadap status gizi ibu hamil menjadi kunci dalam pencegahan komplikasi kehamilan dan menjamin kesehatan yang optimal bagi ibu dan bayi.

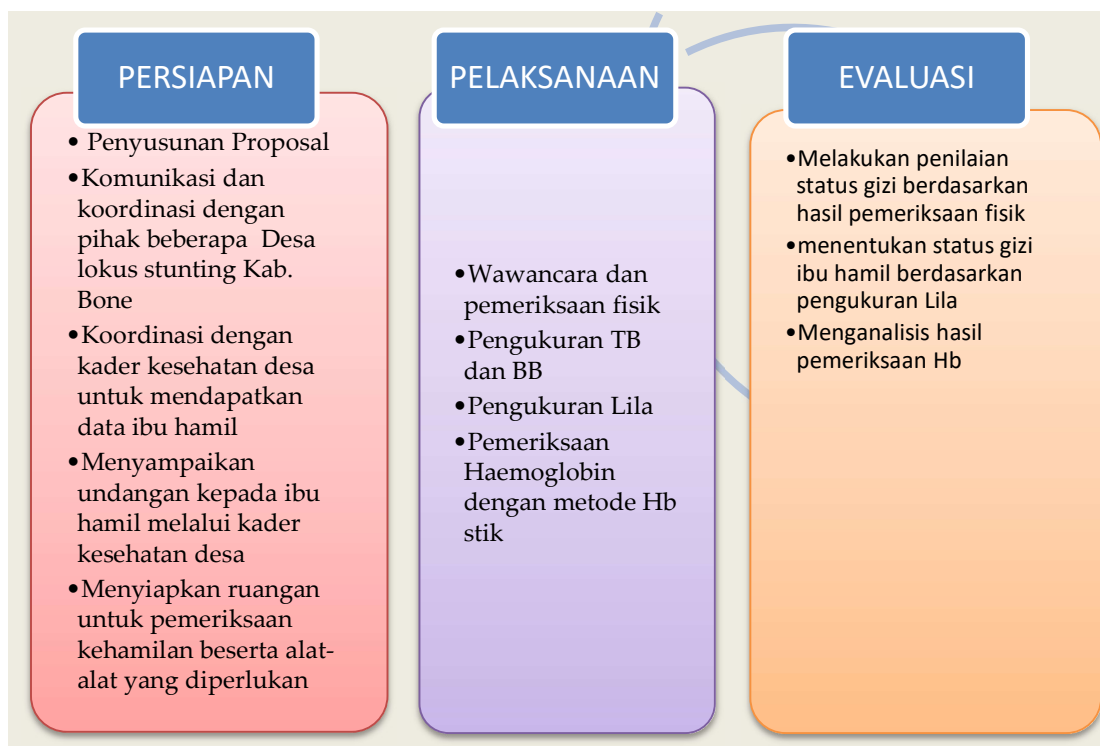
Selain itu, pemeriksaan status gizi dapat membantu tenaga kesehatan untuk memberikan intervensi yang tepat sesuai dengan kebutuhan ibu hamil. Misalnya, pemberian suplemen zat besi untuk mencegah anemia, atau intervensi gizi lainnya yang disesuaikan dengan kondisi spesifik setiap ibu. Dengan demikian, pemeriksaan status gizi ibu hamil merupakan upaya preventif yang sangat penting untuk memastikan kehamilan yang sehat dan kelahiran yang aman.

Dalam konteks global, pentingnya pemeriksaan status gizi ibu hamil juga diakui oleh berbagai organisasi kesehatan internasional seperti World Health Organization (WHO) yang menekankan perlunya strategi global untuk meningkatkan kesehatan ibu dan anak. Di Indonesia, program-program seperti Posyandu dan pemeriksaan kehamilan di Puskesmas menjadi bagian dari upaya nasional untuk memastikan ibu hamil mendapatkan perhatian dan dukungan gizi yang memadai.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka perlu kiranya untuk melaksanakan pengabdian kepada masyarakat khususnya bagi ibu hamil yang memiliki risiko tinggi pada desa lokus stunting Kab. Bone Sulawesi selatan 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 pada desa lokus stunting kab. Bone Sulawesi Selatan. Proses kegiatan dilaksanakan beberapa tahapan yaitu seperti pada bagan alir berikut ini.



Gambar 1.
Tahapan Pelaksanaan Kegiatan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 26 – 27 September 2022, di beberapa desa Lokus stunting Kab. Bone Sulawesi Selatan. Hasil pelaksanaan Pengabdian Masyarakat yang telah dilakukan terhadap 60 ibu hamil berdasarkan pemeriksaan status gizi ibu hamil yang diambil dari beberapa desa lokus stunting Kabupaten Bone Sulawesi Selatan. Berikut data disajikan dalam bentuk tabel dibawah ini :

Tabel 1.
Hasil Pemeriksaan Status Gizi Ibu Hamil

No.	Data Ibu Hamil	n	%
1	Usia Ibu (tahun)		
	- < 20	4	6,6
	- 20 – 35	51	85
2	Parity		
	- Primigravida	26	43,3
	- Multigravida	34	56,6
3	Usia Kehamilan		
	- TM 1	22	36,6
	- TM 2	38	63,3
4	Pendidikan Ibu		
	- Tamat SD	13	21,6
	- Tamat SMP	11	18,3
	- Tamat SMA	28	46,6
	- Tamat D3/S1	8	13,3

5	LiLa		
	- > 23,5	49	81,6
	- < 23,5	11	18,3
6	Status Anemia (Hb)		
	- Ya	7	11,6
	- Tidak	53	88,3

Terlihat pada tabel, karakteristik pada kedua kelompok hampir sama. Sebagian besar ibu hamil yang ikut dalam Kegiatan Pengabdian ini berusia 20-35 tahun (85 %), dan hampir setengahnya adalah primipara (43,3%). Sepertiga dari peserta memiliki pendidikan yang rendah dimana didapatkan ada 21,6 % yang hanya menamatkan pendidikannya setingkat SD. Dari hasil pemeriksaan terdapat ada 18,3 % ibu hamil yang menderita Kurang Energi Kronik (KEK) yang ditandai dengan hasil pengukuran lingkaran lengan atas yang kurang dari 23,5 cm, dimana menurut beberapa literature ibu hamil yang KEK mempunyai korelasi yang kuat dengan kejadian bayi berat badan lahir rendah. Pada tahap ini juga didapatkan ada 11,6 % ibu hamil yang menderita anemia yang ditandai dari pengukuran Hb yang kurang dari 11 g/dl. Anemia selama kehamilan dilaporkan memiliki efek negatif pada kesehatan ibu dan anak dan meningkatkan risiko kematian ibu dan perinatal. Anemia pada kehamilan berhubungan dengan komplikasi selama kehamilan dan dapat meningkatkan kematian ibu. Di negara berkembang, sebagian besar kasus kematian ibu terjadi pada ibu hamil dengan anemia, baik yang disebabkan oleh perdarahan akut maupun status gizi yang buruk.



Gambar 2.
Pengukuran Haemoglobin Ibu Hamil

Ada sekitar 11,4 % ibu hamil yang mengalami kekurangan nutrisi yang ditandai dari hasil pengukuran IMT sebelum hamil $< 18.5 \text{ kg/m}^2$. Gizi buruk sebelum dan selama kehamilan telah dikaitkan dengan komplikasi ibu, neonatal, dan janin, seperti pembatasan pertumbuhan intrauterin (IUGR), komplikasi kehamilan, preeklamsia, anemia, kematian ibu, kelahiran prematur, lahir mati, berat badan lahir rendah (BBLR), hipotermia neonatal, dan kematian neonatus. Namun ada juga sekitar 18% ibu hamil yang mengalami obesitas dengan pengukuran IMT > 27 , dimana obesitas selama kehamilan dikaitkan dengan sejumlah komplikasi ibu dan janin seperti preeklamsia, kelahiran caesar, makrosemia dan malformasi kongenital.



Gambar 3.
Pengukuran Lila Ibu Hamil

Baik kekurangan gizi dan kelebihan gizi ibu dapat memiliki efek buruk sebelum, selama dan setelah kehamilan. Kekurangan gizi ibu selama kehamilan juga telah dikaitkan dengan masalah kesehatan jangka panjang untuk bayi, seperti obesitas, diabetes mellitus, hipertensi dan disfungsi kognitif. Selain itu, berat badan lahir rendah telah dikaitkan dengan peningkatan risiko kematian akibat penyakit jantung koroner dan stroke di masa dewasa, dan berat badan bayi juga memiliki korelasi terhadap terjadinya stunting.

KESIMPULAN

Sebagian besar status gizi ibu hamil berdasarkan LiLA (Lingkar Lengan Atas) dinyatakan baik, yaitu sebanyak 49 orang (81,6%), dan mayoritas mengalami kenaikan berat badan yang normal. Namun, dari hasil pemeriksaan hemoglobin menunjukkan bahwa masih ada ibu hamil mengalami anemia sebanyak 7 orang (11,6%). Beberapa ibu hamil juga mengeluhkan rasa lemah, mudah lelah, pusing, penglihatan yang kabur, wajah, bibir, dan telapak tangan yang pucat. Oleh karena itu, hasil kegiatan ini perlu ditindaklanjuti dengan memberikan edukasi tentang gizi seimbang untuk ibu hamil, agar mereka dapat mengonsumsi makanan sesuai dengan kebutuhan, edukasi tentang olahraga yang sesuai untuk ibu hamil, serta edukasi tentang konsumsi tablet Fe agar dapat dikonsumsi sesuai anjuran petugas kesehatan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terimakasih kepada Universitas Indonesia Timur yang sudah memberikan dana untuk melaksanakan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini melalui LPPM Universitas Indonesia Timur

DAFTAR PUSTAKA

- Aryastami NK, Shankar A, Kusumawardani N, Besral B, Jahari AB, Achadi E. Low birth weight was the most dominant predictor associated with stunting among children aged 12–23 months in Indonesia. *BMC Nutr.* 2017;3(1):1–6.
- Christian P, Mullany LC, Hurley KM, Katz J, Black RE. Nutrition and maternal, neonatal, and child health. *Semin Perinatol.* 2015 Aug 1;39(5):361–72.
- Crispi F, Miranda J, Gratacós E. Long-term cardiovascular consequences of fetal growth restriction: biology, clinical implications, and opportunities for prevention of adult disease. *Am J Obstet Gynecol.* 2018;218(2):S869–79.

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license



- Kimani-Murage EW, Muthuri SK, Oti SO, Mutua MK, Van De Vijver S, Kyobutungi C. Evidence of a double burden of malnutrition in urban poor settings in Nairobi, Kenya. *PLoS One*. 2015;10(6).
- Mbule MA, Byaruhanga YB, Kabahenda M, Lubowa A. Determinants of anaemia among pregnant women in rural Uganda. *Rural Remote Health*. 2013;13(2):2259.
- Muktabhant B, Lawrie TA, Lumbiganon P, Laopaiboon M. Diet or exercise, or both, for preventing excessive weight gain in pregnancy. *Cochrane Database Syst Rev*. 2015;2015(6).
- Supadmi S, Kusrini I, Kusumawardani HD. The Influence of Iron Depletion and Chronic Energy Deficiency on the Risk of Hypothyroidism in Pregnant Women Living in Iodine Deficiency Disorders Endemic Areas in Badegan Ponorogo District East Java, Indonesia. Vol. 66, *J Nutr Sci Vitaminol*. 2020.
- Syakur R. Analysis risk factors and prevention management stunting. *Homes Journal*. 2024.5(1). 26-37
- Tahangnacca M, Amiruddin R, Ansariadi, Syam A. Model of stunting determinants: A systematic review. *Enferm Clin*. 2020;30:241–5.
- United Nations Children’s Fund (Unicef). *The State of the World’s Children 2019. Children, Food and Nutrition: Growing well in a changing world*. Unicef. 2019.
- Wong KLM, Restrepo-Mendez MC, Barros AJD, Victora CG. Socioeconomic inequalities in skilled birth attendance and child stunting in selected low and middle income countries: Wealth quintiles or deciles? *PLoS One*. 2017;12(5):1–18.
- Zerfu TA, Umeta M, Baye K. Dietary diversity during pregnancy is associated with reduced risk of maternal anemia, preterm delivery, and low birth weight in a prospective cohort study in rural Ethiopia. *Am J Clin Nutr*. 2016;103(6):1482–8.