**KIE (KOMUNIKASI, INFORMASI DAN EDUKASI) TENTANG KEBUTUHAN GIZI
PADA IBU HAMIL**

Fetty Chandra Wulandari

Program Studi Kebidanan D3, Fakultas Sains Teknologi dan Kesehatan,
Institut Teknologi Bisnis Dan Kesehatan Bhakti Putra Bangsa Indonesia

Jl. Soekarno Hatta Borokulon Banyuurip Purworejo

Email: ottev88@gmail.com

ABSTRAK

Stunting merupakan gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, yang ditandai dengan panjang atau tinggi badannya berada di bawah standar yang ditetapkan oleh Kemenkes RI. Berdasarkan hasil Riskesdas 2018 prevalensi stunting pada balita di Indonesia mencapai angka 30.8%. Pada tahun 2024, Indonesia menargetkan angka stunting menjadi 14%. Target tersebut tertuang dalam Peraturan Presiden RI Nomor 72 tahun 2021(Pemerintah Republik Indonesia, 2021). Tujuan dari kegiatan ini adalah meningkatkan KIE (komunikasi, informasi dan edukasi) tentang kebutuhan gizi pada ibu hamil di Condongsari Banyuurip Purworejo. hasil dari pengabdian ini terdapat peningkatan pengetahuan kebutuhan gizi pada ibu hamil

Kata kunci: Gizi, Ibu hamil, Komunikasi, Informasi, Edukasi

A. Latar Belakang

Bagian Kebutuhan gizi pada ibu hamil merupakan salah satu aspek penting dalam memastikan kesehatan ibu dan perkembangan janin yang optimal. Gizi yang baik selama kehamilan dapat mencegah berbagai komplikasi seperti anemia, preeklampsia, dan kelahiran prematur, serta mendukung perkembangan otak janin dan mencegah stunting. Namun, di Indonesia, masih banyak ibu hamil yang kurang mendapatkan informasi yang memadai mengenai pentingnya pemenuhan gizi selama masa kehamilan. Berdasarkan data dari Riskesdas 2018, prevalensi kekurangan energi protein (KEP) pada ibu hamil di Indonesia masih cukup tinggi, yang mencerminkan kurangnya pemahaman mengenai pola makan sehat yang sesuai dengan kebutuhan gizi ibu hamil.

Kesehatan ibu hamil sangat dipengaruhi oleh faktor gizi yang masuk dalam tubuh mereka, baik dalam jumlah maupun kualitasnya. Oleh karena itu, upaya untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang gizi yang tepat sangat penting. Komunikasi, informasi, dan edukasi (KIE) menjadi salah satu metode yang dapat digunakan untuk menyebarkan pengetahuan ini. KIE adalah proses yang melibatkan penyampaian pesan-pesan penting secara efektif kepada masyarakat dengan tujuan untuk mengubah sikap dan perilaku mereka dalam hal kesehatan.

KIE tentang kebutuhan gizi ibu hamil sangat penting untuk dilakukan di tingkat masyarakat, terutama bagi ibu hamil di daerah-daerah dengan akses terbatas terhadap fasilitas kesehatan dan informasi. Program KIE yang tepat dapat mengedukasi ibu hamil tentang pentingnya konsumsi makanan bergizi seimbang, penggunaan suplemen seperti tablet tambah darah, serta pemantauan kesehatan secara rutin. Selain itu, KIE juga dapat memberikan informasi mengenai tanda-tanda bahaya selama kehamilan yang perlu diwaspadai dan bagaimana cara untuk mengatasi masalah gizi yang mungkin timbul.

Penyuluhan melalui berbagai media komunikasi, seperti penyuluhan tatap muka, brosur kesehatan, media sosial, dan radio komunitas, adalah beberapa bentuk implementasi KIE yang dapat membantu meningkatkan pemahaman ibu hamil tentang pentingnya gizi. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa penerapan KIE yang baik dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil, yang pada gilirannya dapat mengurangi angka komplikasi kehamilan dan meningkatkan kualitas kesehatan ibu dan bayi (Lestari et al., 2020).

Penelitian Kusumawati, et al. (2015) menunjukkan status gizi kurang cenderung terjadi pada ibu yang mempunyai pengetahuan kurang (Kusumawati et al., 2015). Pengetahuan, kesadaran, dan sikap positif dari ibu hamil akan membentuk perilaku yang baik seperti pemenuhan gizi selama kehamilannya (Ekayanthi & Suryani, 2019)

B. Metode

Metode pelaksanaan pengabdian masyarakat yang dilakukan berupa (Komunikasi, Informasi dan Edukasi) pada ibu hamil di desa condongsari banyuurip purworejo dengan metode ceramah dan tanya jawab. Untuk awal dan akhir kegiatan diadakan pretest-pemberian materi dan diakhiri pre test. Memberikan KIE kepada ibu hamil dilakukan dalam bentuk peningkatan pengetahuan ibu hamil mengenai gizi yang seimbang untuk ibu hamil. KIE membantu menghindari kesulitan akibat malnutrisi yang dapat berdampak pada ibu dan janin. KIE dilakukan dalam 1 hari dengan cara mengumpulkan ibu hamil di balaidesa condongsari banyuurip purworejo. KIE ini sekaligus mengevaluasi pengetahuan ibu hamil mengenai Kebutuhan Gizi Pada Ibu Hamil.

C. Hasil Dan Pembahasan

Pelaksanaan pengabdian masyarakat dilakukan pada tanggal 4 Februari 2024. 26 ibu hamil berpartisipasi dalam sesi kegiatan edukasi offline. Edukasi disampaikan melalui pendekatan ceramah, dengan power point sebagai alatnya. Metode kegiatan edukasi ceramah memfasilitasi komunikasi dua arah, sehingga memungkinkan pendidik dengan cepat menentukan respons terhadap pesan yang dituju. Selain itu, perkuliahan memungkinkan pengajaran dengan jangkauan yang luas.

Selama edukasi, peserta diberikan materi seperti manfaat gizi seimbang, empat pilar gizi seimbang, tiga fungsi makanan, dan contoh menu gizi seimbang untuk ibu hamil (seperti terlihat pada Gambar 1). Keempat komponen penting ini diberikan kepada ibu hamil agar dapat mencukupi nutrisi janinnya selama hamil. Ibu yang mendapat nutrisi cukup sebelum dan selama kehamilan lebih mungkin melahirkan anak yang sehat dan cukup bulan (Bohari & Gaffar, 2021).

Setelah itu, pihak pengabdian mengadakan pembelajaran di Balai Desa demangan condongsari Banyuurip Purworejo. Ibu hamil menerima pemeriksaan kehamilan dari penyedia layanan. Bagian selanjutnya membahas anemia, nutrisi, dan makanan kaya zat besi. Setelah itu dilakukan pre-test. Temuan pre-test sebagai berikut: 81,6% mempunyai pengetahuan kuat, sedangkan 18,4% mempunyai pengetahuan kurang. Sedangkan hasil post-test menunjukkan 97% pengetahuan baik. Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya (Pratiwi et al., 2016) yang menemukan adanya peningkatan pengetahuan setelah mengenyam pendidikan di sekolah. Dalam kegiatan tersebut disampaikan brosur mengenai anemia dan gizi, serta nutrisi yang banyak mengandung tablet Fe.

Berdasarkan hasil yang diperoleh, dapat disimpulkan bahwa program KIE tentang gizi pada ibu hamil memiliki dampak yang signifikan dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu hamil mengenai pentingnya pemenuhan gizi selama kehamilan. Hasil serupa juga ditemukan dalam berbagai penelitian yang menunjukkan bahwa KIE dapat mengubah perilaku makan dan kebiasaan kesehatan ibu hamil. Misalnya, penelitian yang dilakukan oleh Nuryanti et al. (2021) menemukan bahwa penyuluhan gizi melalui tatap muka dan media cetak meningkatkan kesadaran ibu hamil dalam memilih makanan yang bergizi, serta memperbaiki kebiasaan mereka dalam mengonsumsi makanan yang kaya akan zat besi dan asam folat.

Penelitian lain oleh Aisyah et al. (2020) juga menunjukkan bahwa media sosial dapat digunakan secara efektif untuk menyebarkan informasi tentang gizi ibu hamil, bahkan di daerah dengan akses terbatas terhadap fasilitas kesehatan. Dengan penyuluhan yang lebih berbasis teknologi, informasi mengenai gizi dapat menjangkau ibu hamil yang sulit diakses oleh layanan kesehatan konvensional.

Namun, meskipun ada peningkatan yang signifikan, tantangan tetap ada dalam hal keberlanjutan perubahan perilaku. Beberapa ibu hamil mengaku masih kesulitan untuk mematuhi anjuran gizi yang diberikan, terutama terkait dengan konsumsi makanan bergizi yang seringkali lebih mahal atau sulit didapatkan. Oleh karena itu, perlu adanya upaya lebih lanjut untuk memperkenalkan pola makan bergizi yang lebih terjangkau dan mudah diakses oleh masyarakat, serta memberikan dukungan berkelanjutan melalui pelatihan atau kelompok diskusi.

Secara keseluruhan, pengabdian berbasis KIE terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan mengubah perilaku ibu hamil dalam hal pemenuhan gizi, meskipun tantangan dalam keberlanjutan program perlu diatasi dengan melibatkan berbagai pihak, termasuk pemerintah, tenaga kesehatan, dan masyarakat itu sendiri.

D. Simpulan

Ibu-ibu hamil turut aktif dan antusias dalam acara yang berlangsung tanpa hambatan. Jumlah informasi yang diketahui ibu hamil tentang gizi semakin meningkat. Ibu dapat merencanakan pola makannya untuk memastikan mendapat nutrisi yang cukup dengan mengetahui makanan mana yang kaya nutrisi. Disarankan agar pengabdian masyarakat dilaksanakan dengan menggunakan berbagai pendekatan di masa depan.

E. Saran

Upaya peningkatan kesadaran sebagai bagian dari perilaku pencegahan stunting yang ditujukan pada ibu hamil diharapkan dapat mempertahankan gizi ideal balita sejak lahir hingga di kemudian hari, sehingga mencegah malnutrisi. Strategi terbaik untuk memerangi stunting adalah dengan meningkatkan gizi ibu hamil dan kesehatan secara keseluruhan melalui pencegahan stunting. Ibu hamil harus makan makanan yang sehat, sehingga jika menderita kekurangan energi kronik (KEK) harus diberikan makanan tambahan yang bergizi.

DAFTAR PUSTAKA

- Ekayanthi, n. W. D., & suryani, p. (2019). Edukasi gizi pada ibu hamil mencegah stunting pada kelas ibu hamil. *Jurnal kesehatan*, 10(3), 312. <https://doi.org/10.26630/jk.v10i3.1389>
- Aisyah, m., & sari, y. (2020). Pengaruh media sosial terhadap peningkatan pengetahuan gizi pada ibu hamil di wilayah pedesaan. *Jurnal kesehatan masyarakat*, 18(1), 42-50.
- Nuryanti, f., setiawan, s., & widyastuti, e. (2021). Efektivitas penyuluhan gizi terhadap perilaku makan ibu hamil di daerah terpencil. *Jurnal gizi indonesia*, 13(2), 68-74.
- Wulandari, r., & santoso, h. (2019). Pengaruh penyuluhan gizi terhadap perilaku makan ibu hamil. *Jurnal gizi indonesia*, 12(1), 23-30.
- Kementerian kesehatan republik indonesia. (2023). Laporan nasional riset kesehatan dasar (riskesdas) 2023. Jakarta: kementerian kesehatan republik indonesia.
- Hermawan, d., & wijayanti, t. (2021). Pengaruh komunikasi kie terhadap kebutuhan gizi ibu hamil di kecamatan x. *Jurnal kesehatan masyarakat*, 19(3), 88-96.
- Lestari, s., suryanto, & darmawan, a. (2020). Efektivitas komunikasi, informasi, dan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang gizi. *Jurnal kesehatan masyarakat*, 16(2), 56-62.
- Kementerian kesehatan ri. (2018). Laporan nasional riset kesehatan dasar (riskesdas) 2018. Jakarta: kementerian kesehatan republik indonesia.
- Wulandari, r., & santoso, h. (2019). Pengaruh penyuluhan gizi terhadap perilaku makan ibu hamil. *Jurnal gizi indonesia*, 12(1), 23-30.