

PENGARUH PEMBERIAN BISKUIT UBI UNGU DAN BISKUIT (PMT) TERHADAP PENAMBAHAN LINGKAR LENGAN ATAS IBU HAMIL KEK

Walidatun Marisa¹, Sunarsih², Vida Wira Utami³

^{1,2,3}Program Studi DIV Kebidanan Universitas Malahayati

*Korespondensi email : sunarsih@malahayati.ac.id

THE INFLUENCE OF GIVING PURPLE BISCUIT AND BISCUIT (PMT) ON ADDITIONAL ARM CIRCUMSTANCES TO PREGNANT WOMEN

Background: Nutritional problems experienced by pregnant women in Indonesia are chronic energy deficiency (CED). Pregnant women who experience CED will be able to cause babies born with low birth weight, prematurity, miscarriage, difficult labor, post partum bleeding and congenital defects. Avoiding that matters, additional nutrition for pregnant women is given in the form of additional food. Additional food is given to pregnant women to increase their daily nutritional needs. One of the foods that contain carbohydrates source which is quite important in our food security is sweet potato.

The purpose: the study was to determine the effect of giving purple sweet potato with the nutritional status in the third trimester of pregnant women in the working area of Tri Karya Mulya Health Center Mesuji Regency in 2021.

Methods: This research type is quantitative with a Quasi-experimental research design. The population/subjects taken in this research were pregnant women in the third trimester. The research was planned in the Working Area of Tri Karya Mulya Public Health Center, Mesuji Regency in 2021, the object of this research was the giving of purple sweet potato with the nutritional status of pregnant women. It was held in March - April 2021. The data collection used observation sheets. The data analysis was univariate and bivariate (t-test).

The results: showed that the nutritional status before being given PMT + purple sweet potato was 20.6 cm and after being given PMT + sweet potato was 22.0 cm. The nutritional status before being given PMT was 20.1 cm and after being given PMT was 20.8 cm.

Conclusion: There is an effect of giving purple sweet potato with the nutritional status of pregnant women TM II in the Work Area of the Tri Karya Mulya Public Health Center, Mesuji Regency in 2021 with a value (P value = 0.000).

Suggestions: for health workers, especially midwives, to be able to increase activities based on local wisdom by planting sweet potatoes in every yard at home

Keywords : Purple Sweet Potatoes and Nutritional Status of Pregnant Women

ABSTRAK

Latar Belakang: Masalah gizi yang dialami ibu hamil di Indonesia adalah kekurangan energi kronis (KEK). Ibu hamil yang mengalami KEK akan dapat menyebabkan bayi lahir dengan berat badan lahir rendah, prematuritas, keguguran, persalinan sulit, perdarahan post partum dan cacat bawaan. Untuk menghindarinya maka diberikan tambahan gizi bagi ibu hamil berupa makanan tambahan. Salah satu makanan yang mengandung sumber karbohidrat adalah ubi jalar.

Tujuan penelitian: diketahui pengaruh pemberian ubi jalar ungu dengan status gizi ibu hamil TM II Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Tri Karya Mulya Kabupaten Mesuji tahun 2021.

Metode: Jenis penelitian kuantitatif desain penelitian *Quasi eksperimen*. Populasi adalah ibu hamil TM II di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Tri Karya Mulya Kabupaten Mesuji, sebanyak 48 ibu hamil KEK, dengan jumlah sampel 30 yang dibagi menjadi 2 kelompok. Telah dilaksanakan pada bulan Maret - April 2021. Objek dalam penelitian ini adalah pemberian ubi jalar ungu dan status gizi ibu hamil. Pengumpulan data menggunakan lembar observasi. Analisis data secara univariat dan bivariat (uji t).

Hasil penelitian: diketahui status gizi sebelum diberikan PMT + ubi jalar ungu adalah 20,6 cm dan setelah diberikan PMT + Ubi jalar adalah 22,0 cm. status gizi sebelum diberikan PMT adalah 20,1 cm dan setelah diberikan PMT adalah 20,8 cm.

Kesimpulan: Ada pengaruh pemberian ubi jalar ungu dengan status gizi ibu hamil TM II Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Tri Karya Mulya Kabupaten Mesuji Tahun 2021 dengan nilai (P value = 0,000).

Saran: bagi tenaga kesehatan khususnya bidan untuk dapat meningkatkan kegiatan berbasis kearifan lokal dengan menanam ubi jalar di setiap perkarangan di rumah.

Kata Kunci : Ubi jalar Ungu dan Status Gizi Ibu Hamil

PENDAHULUAN

Program kesehatan ibu dan anak merupakan salah satu program pokok di Puskesmas yang mendapat prioritas tinggi, mengingat kelompok ibu hamil, menyusui, bayi dan anak merupakan kelompok yang sangat rentan terhadap kesakitan dan kematian. Gizi ibu hamil perlu mendapat perhatian karena sangat berpengaruh pada perkembangan janin karena gizi janin tergantung pada gizi ibu dan kebutuhan gizi ibu juga harus tetap terpenuhi. Asupan energi dan protein yang tidak mencukupi pada ibu hamil dapat menyebabkan Kurang Energi Kronis (KEK) (Kemenkes, 2016).

Wanita hamil dengan KEK akan berisiko melahirkan bayi berat lahir rendah (BBLR). Kontribusi dan terjadinya KEK pada ibu hamil akan mempengaruhi tumbuh kembang janin antara lain dapat meningkatkan resiko terjadinya berat bayi lahir rendah (BBLR). Ibu hamil dengan KEK memiliki resiko kesakitan yang lebih besar terutama pada trimester III kehamilan sehingga dapat mengakibatkan kelahiran BBLR. BBLR dapat membawa risiko kematian, gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak (Supriasa, 2012).

Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018, Prevalensi Kurang Energi Kronis (KEK) pada Wanita Hamil sebanyak 17,3%. Prevalensi risiko KEK tertinggi yaitu Nusa Tenggara Timur dengan kejadian 36,8% dan terendah Kalimantan Utara dengan kejadian 1,7% sedangkan Lampung 13,8% (Riskesdas, 2018). Di Provinsi Lampung, prevalensi KEK pada wanita hamil umur 15 – 49 tahun sebesar 13,62%. Prevalensi risiko KEK terendah di Kabupaten Lampung Tengah sebesar 2,81% dan tertinggi di Kabupaten Tulang Bawang 49,30% (Dinkes Lampung, 2020). Kabupaten Tulang Bawang kasus bumil KEK dapat dikatakan sangat tinggi, dari hasil laporan Puskesmas, pada tahun 2018, jumlah kasus bumil KEK sebesar 11,53% kasus dan pada tahun 2019 ibu hamil yang mengalami KEK meningkat menjadi 49,30%. (Dinkes Kab. Lampung Tengah, 2020).

Puskesmas Tulang Bawang memiliki 18 wilayah Puskesmas, dengan kasus ibu hamil tahun 2019 dengan KEK tersebar diseluruh Puskesmas yang ada di Wilayah Tulang Bawang, dari 4.273 ibu hamil sebanyak 2107 (49,30%) ibu hamil mengalami KEK, jumlah kasus KEK yang tertinggi diketahui berada di wilayah Puskesmas Way Dente sebanyak

158 ibu hamil dan Terendah di Puskesmas Gedong Aji sebanyak 102 ibu hamil dan Puskesmas Penawar Jaya sebanyak 109 ibu hamil. (Dinkes Kab. Tulang Bawang, 2020).

Wilayah Puskesmas Way Dente berdasarkan data bulan Februari 2021 memiliki 7 kampung / Desa sebanyak 701 ibu hamil tersebar di berbagai kampung / desa, jumlah kasus ibu hamil KEK sebanyak 184 (26,2%) ibu (RM. Puskesmas Way Dente Tulang Bawang, 2020). Indikator kinerja direktorat jendral kesmas 2019 untuk ibu hamil KEK sebesar 18.2% (Kemenkes, 2020).

Bahaya kehamilan dengan status gizi kurang pada janin adalah pertumbuhan, pembentukan, dan perkembangan organ janin kurang optimal, fungsi organ janin kurang optimal, di khawatirkan akan terjadi cacat bawaan pada bayi yang dilahir, ukuran kepala bayi kecil sehingga perkembangan otak tidak optimal, bayi lahir premature, berat bayi lahir rendah yaitu kurang dari 2500 gram, dan ini memungkinkan terjadinya kematian pada bayi. Dampak lain gizi kurang saat hamil juga terjadi ketika ibu menjalani persalinan. Seperti persalinan sulit, prematur, perdarahan setelah persalinan, dan persalinan dengan operasi (SC) karena kondisi ibu yang cenderung lemah dan kurang bertenaga untuk melahirkan normal (Maryam, 2015).

Kebiasaan / pandangan wanita terhadap makanan, status ekonomi, pengetahuan zat gizi dalam makanan, status kesehatan, aktivitas, suhu lingkungan, berat badan dan umur merupakan faktor yang mempengaruhi kebutuhan gizi ibu hamil (Maryam, 2015). Menurut Jelliffe dalam Supriasa (2012) faktor yang berhubungan dengan penyebab malnutrisi, yaitu: keadaan infeksi, konsumsi makanan, pengaruh budaya, sosial ekonomi, produksi pangan serta kesehatan dan pendidikan. Sedangkan menurut Arisman (2010) status gizi ibu hamil dipengaruhi oleh, keadaan sosial dan ekonomi ibu sebelum hamil, keadaan kesehatan dan gizi ibu, jarak kelahiran, paritas, usia kehamilan pertama.

Penelitian Alifka (2020) Kejadian KEK pada ibu hamil di pengaruhi oleh faktor langsung dan faktor tidak langsung. Faktor-faktor tersebut di pengaruhi oleh beberapa keadaan, salah satunya persepsi budaya. Salah satu masalah yang terjadi akibat persepsi budaya/kepercayaan adalah pola konsumsi makan ibu hamil seperti pantangan jenis makanan tertentu. Terdapat hubungan yang

bermakna dan signifikan antara faktor pantang makanan terhadap kejadian KEK ibu hamil terutama apabila jenis makanan yang dipantang mengandung zat gizi tinggi yang dapat mempengaruhi status gizi ibu hamil.

Pada dasarnya ibu hamil sangat memerlukan tambahan zat gizi untuk tubuh kembang jain yang dikandungnya, namun kebanyakan karena kurangnya pengetahuan ibu maka kekurangan gizi yang sering terjadi adalah ibu hamil mengalami kekurangan energi protein, mineral, zat besi dan kalsium yang sangat dibutuhkan untuk pertumbuhan janin didalam kandungan. Kebutuhan energi yang harus dipenuhi ibu hamil ialah 80.000 kalori selama kehamilan, dan kebutuhan zat besi sangatlah dibutuhkan oleh ibu hamil bukan cuman untuk pembentukan janin, zat besi sangat dibutuhkan untuk pembentuk sel-sel darah merah, perkembangan otak, pembentukan otot, jika ibu kekurangan zat besi ibu kan mengalami anemia hingga bayi kemungkinan lahir prematur, Sedangkan kalsium yang dikonsumsi ibu sangat dibutuhkan untuk membentuk tulang pada janin (Anggerika, 2019).

Bagi ibu hamil, pada dasarnya semua zat gizi memerlukan tambahan, namun yang sering kali menjadi kekurangan adalah energi protein dan beberapa mineral seperti zat besi dan kalsium. Kebutuhan energi untuk kehamilan yang normal perlu tambahan kira-kira 80.000 kalori selama masa kurang lebih 280 hari. Hal ini berarti perlu tambahan ekstra sebanyak kurang lebih 300 kalori setiap hari selama hamil. Kebutuhan energi bagi ibu hamil adalah 300 sampai 500 kalori lebih banyak dari masa sebelum hamil. Kebutuhan kurang lebih 1292 kalori atau sama dengan 323 gr karbohidrat setara 5 piring nasi. Ibu hamil membutuhkan sekitar 75 gram protein setiap harinya, lebih banyak 25 gram dibandingkan wanita yang tidak hamil. Konsumsi lemak dianjurkan tidak melebihi 25 kalori dalam porsi makanan sehari-hari dari total kebutuhan energi. Sumber lemak antara lain : daging, susu, telur, mentega dan minyak tumbuhan. suplementasi kalsium sebanyak 5-10 g per hari. Sumber vitamin antara lain : sayuran, buah dan susu. Kebutuhan kalsium ibu hamil adalah sekitar 1000 mg per hari. Sumber kalsium dari makanan diantaranya produk susu seperti ikan teri, susu, keju dan yogurt. (Nasution 1988 dalam Maryam, 2015).

Salah satu alternatif dalam penanggulangan gizi kurang adalah biskuit. Dimana biskuit dapat dinikmati oleh semua kelompok umur mulai dari bayi sampai lansia. Biskuit juga memiliki daya simpan yang lebih lama dan praktis dibawa sebagai bekal makanan yang sehat dan bergizi. Pada penelitian ini

biskuit yang digunakan berbahan dasar dari tepung ubi jalar ungu varietas antin-3 yang telah dilakukan uji zat gizi sebelumnya. Adapun hasil uji zat gizi yang telah dilakukan yaitu, biskuit yang digunakan yaitu pada perbandingan 1:1 dalam 100 gram biskuit ubi jalar ungu yang menghasilkan 15.59 % karbohidrat, 29.76 % lemak, 4.95 % protein, 44.66 mg vitamin C, dan 0.103 mg zat besi (Ibrahim, 2018).

Pemanfaatan pangan lokal sangat mungkin dilakukan mengingat bahan baku yang mudah diperoleh dan harga yang relatif murah. Salah satu pangan lokal yang menarik untuk dicoba ialah Barusa Ubi Jalar Ungu. Ubi jalar ungu merupakan umbi yang umbinya berwarna ungu, memiliki kelebihan dibandingkan dengan ubi jalar putih atau kuning. Umbi ini mengandung betakaroten, antioksidan, senyawa fenol, vitamin, mineral dan karbohidrat tetapi rendah kadar proteinnya. Telah banyak diolah seperti keripik, makanan ringan sendiri-sendiri atau dicampur sebagai pewarna alami atau dirancang dengan perbandingan tertentu dan sebagainya. Untuk meningkatkan kualitas protein dapat diganti atau dibarengi dengan makanan lain yang kandungan proteinnya tinggi seperti ikan. Jajanan ubi ungu dengan substitusi atau tepung ikan bisa menjadi alternatif pilihan camilan sehat buatan rumah. Jajanan yang dirancang dengan satu porsi dapat menyumbang 200-300 kkal dan 5-7 gram protein sesuai standar camilan (Kemenkes RI 2014).

Hasil penelitian Suparni (2021) Hasil penelitian didapatkan bahwa tidak terdapat perbedaan LILA ibu hamil KEK sebelum (pre test) dan sesudah (post test) diberikan ubi jalar ungu dengan nilai p value 0,96 (>0,05). Saran bagi tenaga kesehatan khususnya bidan untuk dapat menyampaikan pada ibu hamil khususnya ibu hamil KEK tentang manfaat ubi jalar ungu ini walaupun tidak berpengaruh terhadap perubahan LILA ibu hamil. Jajanan ubi ungu dengan substitusi atau tepung ikan bisa menjadi alternatif pilihan jajanan sehat yang dibuat di rumah. Kudapan ini dirancang dengan satu porsi dapat menyumbang 200-300 kkal dan 5-7 gram protein sesuai camilan standar.

Hasil prasurvey yang di lakukan pada 7 ibu hamil, terdapat 2 ibu hamil dengan Lila < 23,5, dari 7 ibu hamil mengatakan mengetahui jenis makanan ubi jalar, tetapi tidak mengetahui bahwa ubi jalar ungu mampu memberikan manfaat pada pemenuhan nutrisi ibu hamil.

Wanita hamil membutuhkan makanan tambahan sekitar 1-2 porsi sehari dan nilai gizinya diubah menjadi 180 -300 kkal dan 20 gram protein (AKG 2013). Namun pada tahun 2007 AKG mengungkapkan penambahan energi sebesar 285

kkalori dan 12 gram protein per hari selama kehamilan. Pemenuhan ini bisa diberikan dalam bentuk full meal atau snack. Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti tertarik untuk mengambil judul Pengaruh Pemberian Biskuit Ubi Ungu Dan Biskuit (Pmt) Terhadap Penambahan Lingkar Lengan Atas Ibu Hamil Kek Di Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Way Dente Kecamatan Dente Teladas Kabupaten Tulang Bawang Tahun 2021

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *Quasi eksperimen*. Objek penelitian yaitu pemberian ubi jalar ungu pada ibu hamil KEK di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Way

Dente Kecamatan Dente Teladas Kabupatentulang Bawang Tahun 2021. Pengumpulan data menggunakan lembar observasi. Analisis data secara univariat dan bivariat (uji t).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 1, diketahui diketahui bahwa nilai *Shapiro-Wilk* yaitu 0,946 untuk nilai kelompok sebelum diberikan PMT+Ubi Jalar, 0,873 untuk nilai kelompok sesudah diberikan PMT+Ubi Jalar. 0,975 yakni untuk nilai kelompok sebelum diberikan PMT, 0,940 untuk nilai kelompok sesudah diberikan PMT, dilihat dari nilai *Shapiro-Wilk* $> \alpha$ (0,05) maka data tersebut memiliki distribusi normal.

Tabel 1
Hasil Uji Normalitas

Variabel	LILA Ibu Hamil KEK	Statistic	Ket
PMT + Ubi Jalar	Sebelum	0,946	Normal
	Sesudah	0,873	Normal
PMT	Sebelum	0,975	Normal
	Sesudah	0,940	Normal

Analisis Univariat

Rata-Rata Ukuran LILA Ibu Hamil KEK Sebelum Di Berikan Biskuit Ubi Ungu Terhadap Penambahan

Lingkar Lengan Atas Ibu Hamil KEK Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Way Dente Kecamatan Dente Teladas Kabupaten Tulang Bawang Tahun 2021

Tabel 2
Hasil analisa univariat untuk kelompok diberikan PMT + Ubi Jalar

Variabel	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Status Gizi	tidak normal	40	22,2
	normal	140	77,8
Berat Bayi Baru Lahir	BBLR	60	33,3
	tidak BBLR	120	66,7

Berdasarkan tabel 1 diatas diketahui status gizi sebelum diberikan PMT + ubi jalar ungu adalah 20,6 cm dengan nilai *standar deviation* 1,5 nilai minimal 17,9 cm dan nilai maksimal 22,8 cm. Sedangkan status gizi ibu hamil setelah diberikan PMT + Ubi jalar adalah 22,0 cm dengan nilai *standar*

deviation 1,9, nilai minimal 18,7 cm dan nilai maksimal 24,3 cm.

Rata-Rata Ukuran LILA Ibu Hamil KEK Sesudah Di Berikan Biskuit PMT Terhadap Penambahan Lingkar Lengan Atas Ibu Hamil Kek Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Way Dente Kecamatan Dente Teladas Kabupaten Tulang Bawang Tahun 2021

Tabel 3
Hasil analisa univariat untuk kelompok diberikan PMT

Variabel	Mean	SD	Min	Max	N
Sebelum PMT	20,1	1,2	18,3	22,7	15
Setelah PMT	20,8	1,2	19,1	23,6	15

Berdasarkan tabel 2 diatas diketahui status gizi sebelum diberikan PMT adalah 20,1 cm dengan nilai *standar deviation* 1,2, nilai minimal 18,3 cm dan nilai maksimal 22,7 cm. Sedangkan status gizi ibu hamil setelah diberikan PMT adalah 20,8 cm dengan nilai *standar deviation* 1,2, nilai minimal 19,1 cm dan nilai maksimal 23,6 cm.

Analisis Bivariat

Berdasarkan tabel 4 dibawah, hasil uji statistik *p-value* $0,000 < 0,001$ ($p\text{-value} < \alpha = 0,05$) yang berarti ada Pengaruh Pemberian Biskuit Ubi Ungu Terhadap Penambahan Lingkar Lengan Atas Ibu Hamil KEK Di Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Way Dente Kecamatan Dente Teladas Kabupaten Tulang Bawang Tahun 2021

Tabel 4
Hasil Analisa Bivariat Untuk Kelompok Diberikan PMT + Ubi Jalar Dan Kelompok PMT

		Rerata	Selisih	IK 95%	Nilai <i>p</i>
Ubi jalar + PMT	Sebelum	22,0	1,4	0,9983 - 1,7350	0,000
	Sesudah	20,6			
PMT	Sebelum	20,8	0,7	0,4705 - 0,8229	0,000
	Sesudah	20,1			
Perbedaan antara kelompok			0,7	0,3300 - 1,1100	0,000

Hasil uji statistik *p-value* $< 0,001$ ($p\text{-value} < \alpha = 0,05$) yang berarti ada ada Pengaruh Pemberian Biskuit Ubi Ungu Terhadap Penambahan Lingkar Lengan Atas Ibu Hamil KEK Di Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Way Dente Kecamatan Dente Teladas Kabupaten Tulang Bawang Tahun 2021

Hasil uji statistik *p-value* $0,000$ ($p\text{-value} < \alpha = 0,05$) yang berarti ubi jalar ungu lebih efektif terhadap Terhadap Penambahan Lingkar Lengan Atas Ibu Hamil KEK Di Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Way Dente Kecamatan Dente Teladas Kabupaten Tulang Bawang Tahun 2021 dengan beda peningkatan LILA sebesar 0,7 cm.

PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Status Gizi Sebelum dan sesudah Diberikan PMT dan Ubi Jalar Ungu

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui status gizi sebelum diberikan PMT + ubi jalar ungu adalah 20,6 cm dengan nilai *standar deviation* 1,5, nilai minimal 17,9 cm dan nilai maksimal 22,8 cm. Sedangkan status gizi ibu hamil setelah diberikan PMT + Ubi jalar adalah 22,0 cm dengan nilai *standar deviation* 1,9, nilai minimal 18,7 cm dan nilai maksimal 24,3 cm.

Penelitian Ibrahim (2018) dimana hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh

status gizi pada kelompok intervensi ($p=0.067$) dan kelompok kontrol ($p=0.137$). ada pengaruh asupan energi pada kelompok intervensi ($p=0.003$) dan kelompok kontrol ($p=0.008$).

Konsumsi biskuit ubi jalar ungu merupakan salah satu alternatif untuk memperbaiki gizi masyarakat. Ubi jalar ungu merupakan ubi jalar yang berwarna ungu pekat baik kulit maupun dagingnya serta memiliki produktivitas yang tinggi, ubi jalar ungu varietas antin-3 memiliki kandungan zat antosianin relatif lebih tinggi dibanding varietas antin-1 dan antin-2. Biskuit ubi jalar ungu merupakan salah satu produk diversifikasi pangan lokal akan potensi sumber daya alam khususnya pemanfaatan ubi jalar ungu. Terdapat banyak zat gizi yang ada pada biskuit ubi jalar ungu seperti karbohidrat, protein, zat besi, dan vitamin C. Sangat banyak manfaat yang dapat diperoleh dari biskuit ubi jalar ungu khususnya kandungan zat gizi yang dapat digunakan sebagai makanan alternatif untuk segala usia termasuk WUS sehingga tidak mengalami KEK (Idham, 2021).

Berdasarkan penjelasan diatas maka peneliti berpendapat bahwa pemberian ubi jalar dapat berpengaruh terhadap status gizi pada Ibu Hamil TM II. Hal ini didukung oleh faktor lain yang mempengaruhi peningkatan status gizi pada responden penelitian yaitu dikarenakan, pola makan, status kesehatan, serta didukung oleh tidak adanya

riwayat penyakit infeksi pada ibu hamil yang menjadi responden, sehingga hasil yang didapatkan dapat tercapai dengan optimal.

Masalah gizi pada ibu hamil sangat erat kaitannya dengan pola konsumsinya, salah satu penyebabnya adalah asupan nutrisi yang tidak tepat pada mereka sehingga perlu mendapatkan perawatan dalam pemberian makanan. Kebiasaan pemberian makanan pada ibu hamil yang baik meliputi jumlah makanan yang diberikan sesuai kebutuhan, jenis makanan yang beraneka ragam, frekuensi pemberian makanan dalam sehari dan cara pemberiannya

Status Gizi Ibu Hamil sebelum dan sesudah Diberikan PMT

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui status gizi sebelum diberikan PMT adalah 20,1 cm dengan nilai *standar deviation* 1,2, nilai minimal 18,3 cm dan nilai maksimal 22,7 cm. Sedangkan status gizi ibu hamil setelah diberikan PMT adalah 20,8 dengan nilai *standar deviation* 1,2, nilai minimal 19,1 cm dan nilai maksimal 23,6 cm

Penelitian Ibrahim (2018) dimana hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh status gizi pada kelompok intervensi ($p=0.067$) dan kelompok kontrol ($p=0.137$). ada pengaruh asupan energi pada kelompok intervensi ($p=0.003$) dan kelompok kontrol ($p=0.008$).

Gizi ibu hamil perlu mendapat perhatian karena sangat berpengaruh pada perkembangan janin karena gizi janin tergantung pada gizi ibu dan kebutuhan gizi ibu juga harus tetap terpenuhi. Asupan energi dan protein yang tidak mencukupi pada ibu hamil dapat menyebabkan Kurang Energi Kronis (KEK) (Kemenkes, 2018). Wanita hamil berisiko mengalami KEK jika memiliki LILA $<23,5$ cm dan ibu hamil dengan KEK akan berisiko melahirkan bayi berat lahir rendah (BBLR). BBLR dapat membawa risiko kematian, gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak (Supriasa, 2012).

Menurut peneliti upaya penanggulangan masalah KEK dapat dilakukan dengan program Pemberian Makanan Tambahan (PMT) dalam bentuk biskuit yang dibagikan kepada seluruh WUS dan ibu hamil yang mengalami KEK, pemberian tablet Fe atau penambah darah untuk mencegah terjadinya anemia pada ibu hamil, serta melakukan program konseling kepada Wanita Usia Subur (WUS) mengenai masalah kesehatan reproduksi, kesiapan sebelum hamil, persalinan, nifas dan konseling pemilihan alat kontrasepsi KB. Selain program PMT, ada juga program nasional yaitu program Pekan Seribu Hari Kehidupan (HPK) yaitu program untuk menyelamatkan kehidupan ibu dan

bayi yang dimulai dari seribu HPK yaitu setiap sebulan sekali di setiap Puskesmas semua ibu hamil, bersalin, nifas, bayi, dan balita harus dilayani ditimbang berat badan dan dilihat status gizinya.

Analisis Bivariat

Pengaruh Pemberian Ubi Jalar ungu Dengan Status Gizi Ibu Hamil TM II Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Tri Karya Mulya Kabupaten Mesuji Tahun 2021

Berdasarkan asil uji statistik *p-value* 0,000 (p -value $< \alpha = 0,05$) yang berarti ubi jalar ungu lebih efektif terhadap penambahan lingkaran atas ibu hamil KEK Di Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Way Dente Kecamatan Dente Teladas Kabupaten Tulang Bawang Tahun 2021 dengan beda peningkatan LILA sebesar 0,7 cm

Penelitian Musdalipa (2017) Ada pengaruh zat besi pada kelompok I (intervensi) ($p=0.035$) dan ($p=0.049$) pada kelompok II (kontrol). Ada pengaruh berat badan pada kelompok I (intervensi) ($p=0.002$) dan kelompok II (kontrol) ($p=0.052$). Ada pengaruh status gizi pada kelompok I (intervensi) ($p=0.020$) dan tidak ada pengaruh pada kelompok II (kontrol) ($p=0.111$). Berbeda dengan penelitian Suparni (2018) Hasil penelitian didapatkan bahwa tidak terdapat perbedaan LILA ibu hamil KEK sebelum (pre test) dan sesudah (post test) diberikan ubi jalar ungu dengan nilai *p value* 0,96 ($>0,05$). Penelitian Muslimah (2017) pengaruh asupan zat besi pada kelompok intervensi ($p=0.030$) dan kelompok kontrol ($p=0.030$), ada pengaruh berat badan pada kelompok intervensi ($p=0.000$) dan kelompok kontrol ($p=0.000$).

Status gizi ibu hamil di dipengaruhi oleh banyak faktor yaitu: keadaan infeksi, konsumsi makanan, pengaruh budaya, sosial ekonomi, produksi pangan serta kesehatan dan pendidikan. Status gizi ibu hamil dipengaruhi oleh, keadaan sosial dan ekonomi ibu sebelum hamil, keadaan kesehatan dan gizi ibu, jarak kelahiran, paritas, usia kehamilan pertama. Faktor – faktor yang mempengaruhi kebutuhan gizi ibu hamil antara lain: kebiasaan dan pandangan wanita terhadap makanan, status ekonomi, pengetahuan zat gizi dalam makanan, status kesehatan, aktivitas, suhu lingkungan, berat badan dan umur (Supriasa, 2012; Arisman, 2010; Maryam, 2015)

Upaya pemberian tambahan gizi bagi ibu hamil berupa makanan tambahan. Makanan tambahan diberikan kepada ibu hamil untuk menambah kebutuhan gizi sehari-hari. Ibu hamil trimester kedua membutuhkan tambahan kalori sebesar 300 kkal per hari, tambahan protein sebesar 17 g sedangkan tambahan zat besi sebesar 9 mg.

Hasil penelitian yang dilakukan Kathleen dan Drora Fraser mengemukakan pemberian intervensi pada ibu hamil dengan KEK berefek positif pada bobot lahir bayi. Penelitian ini mengemukakan bahwa risiko terjadinya IUGR atau BBLR dapat menurun jika dilakukan intervensi. Ubi jalar yang di beberapa daerah disebut telo rambat atau huwi boled, merupakan sumber karbohidrat yang cukup penting dalam sistem ketahanan pangan kita. Ubi jalar ungu juga banyak dikonsumsi oleh masyarakat dengan berbagai jenis olahan. Kita mengenal ada beberapa jenis ubi jalar yaitu ubi jalar putih, ubi jalar merah dan ubi jalar ungu (Suparni, 2021).

Ubi jalar mengandung zat-zat yang bergizi per 100 gramnya yaitu energi 123 kkal, protein 1,8 gr, lemak 0,7 gr, karbohidrat 27,9 gr, kalsium 30 mg, fosfor 49 mg, besi 0,7 mg, vitamin A 7700 SI, vitamin C 22 mg, vitamin B1 0,90 mg. Dalam setiap 100 gr bahan yang dimakan ubi jalar mengandung betakaroten sebanyak 7700 SI. Betakaroten sering disebut dengan provitamin A yang diolah terlebih dulu oleh tubuh agar dapat menjadi vitamin A (Rahayu, 2012). Vitamin A sangat dibutuhkan oleh ibu hamil trimester kedua untuk menjaga imun, menjaga tulang, gigi, kulit dan rambut yang sehat sedangkan untuk janin adalah untuk saraf dalam otak, membentuk selaput sel dan penglihatan (West, 2012). Kandungan betakaroten dan vitamin C bermanfaat sebagai antioksidan pencegah kanker dan beragam penyakit kardiovaskuler. Kandungan serat dan pektin di dalam ubi jalar sangat baik untuk mencegah gangguan pencernaan seperti wasir, sembelit hingga kanker kolon (Arif, 2021).

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui pada kelompok pemberian PMT dan ubi jalar terlihat peningkatan LILA dari 0,2 cm – 2,4 cm dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan ibu hamil dalam kelompok intervensi mengalami kenaikan LILA. pada kelompok kontrol yaitu kelompok yang hanya menggunakan konsumsi PMT, diketahui bahwa sebanyak 1 orang ibu tidak mengalami peningkatan LILA sedangkan yang lainnya mengalami peningkatan sekitar 0,1 – 1,1 cm dapat disimpulkan bahwa pada kelompok kontrol tidak semua ibu mengalami kenaikan LILA

Menurut peneliti terlihat bahwa kenaikan LILA bervariasi hal ini dapat disebabkan karena metabolisme setiap individu berbeda selain itu asupan makanan yang dikonsumsi selain PMT dan ubi jalar juga memiliki keanekaragaman yang berbeda sehingga peningkatan LILA tidaklah sama, faktor lain seperti pekerjaan ibu kemungkinan juga dapat menyebabkan berbedanya aktifitas fisik yang dilakukan sehingga kebutuhan kalori bagi tubuh juga berbeda.

Menurut pendapat peneliti bahwa untuk menaikkan ukuran lila ini tidak hanya konsumsi ubi jalar saja tetapi juga butuh asupan lain yang mengandung banyak protein dan zat-zat lainnya, hal ini didasari dari hasil penelitian yang telah peneliti lakukan dimana dengan pengawasan yang ketat jika ibu hamil mengkonsumsi kebutuhan karbohidrat melebihi dari kebutuhan tubuh maka dapat meningkatkan berat badan ibu selain itu juga faktor-faktor dari luar juga mendukung seperti tidak adanya riwayat penyakit, ibu tidak anemia

Didalam al-Qur'an telah diperintahkan agar manusia merubah diri ke arah yang lebih baik, dalam hal ini yaitu mengubah asupan makanan menjadi lebih baik dari sebelumnya. Sebagaimana dijelaskan dalam QS al-Rad/13:11 yang artinya Sesungguhnya Allah tidak mengubah keadaan suatu kaum sebelum mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri

Makna dari ayat tersebut yaitu Allah tidak akan merubah nasib suatu kaum kalau tidak kaum itu sendiri yang terlebih dahulu mengubah nasibnya. Disinilah Allah akan melihat ikhtiar hambanya. Sebagai muslim kita tidak boleh menyerah saja kepada takdir, tetapi kita percaya akan adanya takdir. Adapun maksud dari ayat tersebut adalah bahwa Allah swt tidak akan mengubah keadaan seseorang melainkan adanya kesadaran dari dirinya sendiri untuk berubah kearah yang lebih baik. Adapun kaitannya dengan penelitian ini yaitu, dengan mengetahui sumber daya alam yang ada dan manfaat yang terkandung didalamnya. Dalam hal ini yaitu ubi jalar ungu memiliki kandungan zat gizi yang baik khususnya zat gizi makro beserta senyawa antioksidan yang baik untuk mengatasi kejadian malnutrisi/KEP pada ibu hamil, maka diharapkan kepada masyarakat agar memanfaatkan sumber daya alam tersebut sebagai alternatif makanan tambahan sehingga perlahan-lahan akan memberikan dampak yang bagus bagi ibu yaitu mengubah status gizi dari status gizi kurang ke status gizi yang baik. karena perubahan status gizi kearah yang lebih baik akan terjadi apabila adanya usaha dari diri sendiri untuk merubahnya kearah yang lebih baik

KESIMPULAN

Diketahui status gizi sebelum diberikan PMT + ubi jalar ungu adalah 20,6 cm dan setelah diberikan PMT + Ubi jalar adalah 22,0 cm. Status gizi sebelum diberikan PMT adalah 20,1 cm dan setelah diberikan PMT adalah 20,8 cm. Ada Pengaruh Pemberian Biskuit Ubi Ungu Dan Biskuit (Pmt) Terhadap Penambahan Lingkar Lengan Atas Ibu Hamil Kek Di Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Way Dente

Kecamatan Dente Teladas Kabupaten Tulang Bawang Tahun 2021 dengan nilai (P value = 0,000).

SARAN

Bagi responden khususnya ibu hamil diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan tentang asupan nutrisi yang seimbang bagi ibu hamil dan cara mencegah serta menanggulangi terjadi status gizi ibu yang buruk selama hamil dengan melakukan pemantauan dan pemeriksaan kehamilan secara teratur dan dapat digunakan sebagai salah satu referensi dalam memberikan penyuluhan akan pentingnya pemberian makanan yang seimbang.

DAFTAR PUSTAKA

- Alifka, D. S. (2021). Hubungan Pantangan Makanan terhadap Risiko Kekurangan Energi Kronik pada Ibu Hamil. *Jurnal Medika Hutama*, 2(01), 278-286.
- Anggerika (2017) KEBUTUHAN GIZI PADA IBU HAMIL
- Arisman. (2010). *Gizi dalam Daur Kehidupan: Buku Ajar Ilmu Gizi*. Buku. Kedokteran EGC: Jakarta.
- Dinas Kesehatan Provinsi Lampung. (2021). *Profil Kesehatan Lampung 2019*. Lampung
- Ibrahim, I. A., & Syarfaini, S. (2018). pengaruh pemberian biskuit ubi jalar ungu (ipomea batatas l. poiret) terhadap status gizi kurang pada anak balita usia 12-36 bulan di wilayah kerja puskesmas somba opu. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan*, 1(1).
- Idham, R. (2021). Perbaikan Gizi Untuk Menurunkan Kejadian Kekurangan Energi Kronik Pada Wanita Usia Subur Dan Wanita Hamil.
- Kemkes (2016) Perbaikan Gizi Untuk Generasi Agar Mampu Menangkan Persaingan.

[Kemkes.go.id/article/print/16122100005/perbaikan-gizi-untuk-generasi-agar-mampu-menangkan-persaingan.html#:~:text=Setiap%20keping%20biskuit%20PMT%20Bumil,gramprotein%2C%20dan%2026%20gram%20lemak.](https://kemkes.go.id/article/print/16122100005/perbaikan-gizi-untuk-generasi-agar-mampu-menangkan-persaingan.html#:~:text=Setiap%20keping%20biskuit%20PMT%20Bumil,gramprotein%2C%20dan%2026%20gram%20lemak.)

- Kemkes, R. (2018). Laporan Kinerja Ditjen Kesehatan Masyarakat tahun 2017. *Direktorat Jenderal Kementerian Kesehatan*.
- Kemkes, RI. (2016). Petunjuk Teknis Pemberian Makanan Tambahan (Balita-Anak Sekolah-Ibu Hamil). Jakarta.
- Kementerian Kesehatan RI (2020). *Profil Kesehatan Indonesia 2019*. Jakarta.
- Maryam. (2015). *Gizi dalam kesehatan reproduksi*. Jakarta: Salemba Medika.
- Rahayu, P., Fathonah, S., & Fajri, M. (2012). Daya terima dan kandungan gizi makanan tambahan berbahan dasar ubi jalar ungu. *Food Science and Culinary Education Journal*, 1(1).
- Riskesdas (2018). *Riset Kesehatan Dasar 2018*. Jakarta
- Riskesdas Provinsi Lampung. (2018). *Riset Kesehatan Dasar Provinsi Lampung 2018*. Lampung
- Supariasa, (2012). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta. Kedokteran EGC
- Suparni, S., Fitriyani, F., & Aisyah, R. D. (2021). Pengaruh Pemberian Ubi Jalar Ungu (Ipomoea Batatas) Terhadap Peningkatan Lingkar Lengan Atas Ibu Hamil Dengan Kekurangan Energi Kronis Di Wilayah Puskesmas Kedungwuni II Kecamatan Kedungwuni Kabupaten Pekalongan Tahun 2018. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*