

**SOSIALISAI GERAKAN PEMBERIAN UBI UNGU PADA IBU HAMIL KEK
(GARBU KEK)” DI BALAI DESA LEBUH DALAM KECAMATAN MENGGALA TIMUR
TAHUN 2023**

Anggraini¹, Annisa Ermasari^{2*}

^{1,2}DIV Kebidanan Universitas Malahayati Bandar Lampung
Korespondensi Email : anisa.as296@gmail.com

ABSTRAK

Kehamilan adalah suatu keadaan dimana janin dikandung di dalam tubuh ibu, yang diawali dengan proses pembuahan, yaitu pertemuan sperma dan sel telur di dalam tuba fallopi, yang kemudian tertanam di dalam uterus, dan diakhiri dengan proses persalinan. (Fathonah,2016).

Ibu hamil yang kekurangan energi kronis dapat dilihat dari pengukuran lingkaran lengan atas (LILA) yang kurang dari 23,5 cm. Kekurangan energi kronik yaitu suatu keadaan ibu hamil yang menderita kekurangan makanan yang berlangsung lama (kronik) dengan berbagai timbulnya gangguan kesehatan pada ibu hamil.

Metode yang digunakan adalah kegiatan presentasi pemaparan materi yang diikuti oleh dosen pembimbing, kemudian dilanjutkan dengan tanya jawab antar peserta dan pemateri selama acara berlangsung yang dihadiri oleh ibu hamil.

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat berupa penyuluhan ini, secara garis besar mencakup beberapa hal salah satunya adalah ketercapaian jumlah target peserta yaitu 100%.

Diharapkan manfaat yang diperoleh peserta adalah yaitu dapat memahami apa itu KEK pada kehamilan dan juga cara penanganannya.

Kata Kunci : Ubi Ungu, Ibu Hamil KEK

ABSTRACT

Pregnancy is a condition in which the fetus is conceived in the mother's body, which begins with the process of fertilization, that is, the meeting of sperm and eggs in the fallopian tube, which then embedded in the uterus, and ending with the process of childbirth. (Fathonah,2016).

Pregnant women who lack chronic energy can be seen from the measurement of the upper arm circumference (LILA) which is less than 23.5 cm. Chronic energy deficiency is a condition of pregnant women suffering from long-lasting (chronic) food shortages with various causes of health problems in pregnant women.

The method used was a presentation of material presentation activities which was followed by the supervisor lecturer, then continued with question and answer from participants and presenters during the event. attended by pregnant women and toddlers.

The results of community service activities in the form of counseling broadly include several things, one of which is the achievement of the target number of participants, which is 100%.

It is hoped that the benefits obtained by participants are that they can understand what KEK is in pregnancy and also how to handle it.

Keywords : Purple Sweet Potato, Pregnant Women KEK

1. PENDAHULUAN

Kehamilan adalah suatu keadaan dimana janin dikandung di dalam tubuh ibu, yang diawali dengan proses pembuahan, yaitu pertemuan sperma dan sel telur di dalam tuba fallopi, yang kemudian tertanam di dalam uterus, dan diakhiri dengan proses persalinan. (Fathonah,2016).

Ibu hamil yang kekurangan energi kronis dapat dilihat dari pengukuran lingkaran lengan atas (LILA) yang kurang dari 23,5 cm. Kekurangan energi kronik yaitu suatu keadaan ibu hamil yang menderita kekurangan makanan yang berlangsung lama (kronik) dengan berbagai timbulnya gangguan kesehatan pada ibu hamil.

Tujuan dari program inovasi pengabdian masyarakat tentang “Gerakan Pemberian Ubi Ungu Pada Ibu Hamil KEK (Garbu KEK)” adalah untuk mengatasi KEK pada ibu hamil.

2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Masih rendahnya tingkat pengetahuan ibu tentang KEK dan stunting pada balita.

Rumusan pertanyaan pada saat pengabdian masyarakat :

1. Apa pengertian dari KEK?
2. Apa penyebab dari KEK?
3. Bagaimana penanganan KEK?
4. Apa manfaat ubi ungu yang dapat digunakan untuk mengatasi KEK?

Lokasi pengabdian masyarakat adalah di Desa Lebu Dalam Kecamatan Menggala Timur Kabupaten Tulang Bawang Provinsi Lampung



3. KAJIAN PUSTAKA

a. Definisi Kehamilan

Proses kehamilan merupakan matarantai yang berkesinambungan dan terdiri dari ovulasi, migrasi spermatozoa dan ovum, konsepsi dan pertumbuhan zigot, nidasi (implantasi) pada uterus, pembentukan plasenta, dan tumbuh kembang hasil konsepsi sampai aterm. (Manuaba,2010).

Kehamilan adalah suatu keadaan dimana janin dikandung di dalam tubuh ibu, yang diawali dengan proses pembuahan, yaitu pertemuan sperma

dan sel telur di dalam tuba fallopi, yang kemudian tertanam di dalam uterus, dan diakhiri dengan proses persalinan. (Fathonah,2016).

Kehamilan adalah waktu transisi, yaitu masa antara kehidupan sebelum memiliki anak yang sekarang berada dalam kandungan dan kehidupan nanti setelah anak itu lahir.(Ratnawati,2017).

b. Pengertian KEK

Ibu hamil yang kekurangan energi kronis dapat dilihat dari pengukuran lingkaran lengan atas (LILA) yang kurang dari 23,5 cm. Kekurangan energi kronik yaitu suatu keadaan ibu hamil yang menderita kekurangan makanan yang berlangsung lama (kronik) dengan berbagai timbulnya gangguan kesehatan pada ibu hamil.

Kekurangan Energi Kronis (KEK) adalah keadaan di mana seseorang mengalami kekurangan gizi (kalori dan protein) yang berlangsung lama atau menahun. Risiko Kekurangan Energi Kronis (KEK) adalah keadaan di mana seseorang mempunyai kecenderungan menderita KEK. Seseorang dikatakan menderita risiko KEK bilamana LILA (Lingkar Lengan Atas) kehamilan akan menyebabkan ibu melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah. Di samping itu, akan mengakibatkan anemia pada bayi baru lahir, mudah terinfeksi, abortus terhambatnya pertumbuhan otak janin (Supriasa, 2002). Ibu KEK adalah ibu yang mempunyai kecenderungan menderita KEK. Untuk memastikan seorang ibu berisiko KEK, maka ibu tersebut perlu diperiksa LILA dan Indeks Masa Tubuh (IMT) sebelum hamil. Ibu yang mempunyai ukuran LILA < 17,0 berisiko terkena KEK. (As'Ad, 2002)

c. Penyebab KEK

Penyebab utama terjadinya KEK pada ibu hamil yaitu sejak sebelum hamil ibu sudah mengalami kekurangan energi, karena kebutuhan orang hamil lebih tinggi dari ibu yang tidak dalam keadaan hamil. Kehamilan menyebabkan meningkatnya metabolisme energi, karena itu kebutuhan energi dan zat gizi lainnya meningkat selama hamil.

d. Penanganan KEK

Salah satu makanan yang mengandung sumber karbohidrat yang sangat dibutuhkan oleh tubuh adalah ubi jalar yang di daerah tertentu dinamakan teo rambat atau huwi boled. Beberapa macam jenis ubi jalar yaitu putih, merah dan ungu. Dalam 100gram ubi jalar kandungannya adalah energi sebanyak 123 kkal, untuk protein sebanyak 1,8 gr, lemaknya 1,7 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.

4. METODE

Kegiatan ini dilakukan pada tanggal 09 Maret 2023, Metode yang digunakan adalah penyuluhan dengan kegiatan presentasi pemaparan materi kemudian dilanjutkan dengan tanya jawab antar peserta dan pemateri selama acara berlangsung yang dihadiri oleh ibu hamil.

5. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berupa penyuluhan kesehatan di Desa Lebu Dalam Kecamatan Menggala Timur Kabupaten Tulang Bawang Provinsi Lampung kepada ibu hamil yaitu 15 orang. Dari yang direncanakan adalah 15 orang. Dari angka ini dapat dilihat bahwa 100% target tercapai.

Kegiatan ini dilakukan secara langsung dengan dosen pembimbing dan peserta, namun pada saat penyampaian materi tidak terdapat kendala. Materi yang disampaikan pada kegiatan ini adalah tentang KEK, yaitu mulai dari pengertian, penyebab, serta penanganan yang salah satunya adalah manfaat ubi ungu untuk maalah KEK.

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat berupa penyuluhan ini, secara garis besar mencakup beberapa hal sebagai berikut yaitu keberhasilan target jumlah peserta yang hadir, ketercapaian penyuluhan, ketercapaian target materi penyuluhan, kemampuan peserta dalam memahami materi. Secara keseluruhan kegiaitan penyuluhan ini dapat kami katakana berhasil. Keberhasilan dilihat dari antusiasme, keaktifan peserta untuk melakukan tanya jawab yang rata-rata setelah itu mereka memahami tentang materi penyuluhan maka dapat disimpulkan tujuan kegiatan ini tercapai. Kami berharap manfaat yang diperoleh peserta adalah yaitu dapat memahami tentang KEK dan stunting.





(Dokumentasi Kegiatan)

6. KESIMPULAN

Simpulan dari penelitian ini adalah adanya pengaruh pemberian ubi jalar ungu (*Ipomoea Batatas*) terhadap berat badan (Penelitian pada Ibu hamil yang mengalami kekurangan energi kronis di Desa Lebu Dalam Kecamatan Menggala Timur Kabupaten Tulang Bawang Provinsi Lampung).

Berdasarkan hasil tersebut, kegiatan edukasi dan pembagian ubi ungu masih perlu di tingkatkan dan di aplikasikan di wilayah lain.

Dilihat dari keaktifan peserta untuk melakukan tanya jawab yang rata-rata setelah itu mereka memahami tentang materi penyuluhan maka dapat disimpulkan tujuan kegiatan ini tercapa dengan peningkatan pengetahuan sebanyak 70% ibu hamil yang mengerti akan manfaat dari ubi ungu..

7. DAFTAR PUSTAKA

Anggraini, A., & Sari, N. E. (2021). PENYULUHAN GEMAR KELOR DI DESA SUKARAJA PALAS LAMPUNG SELATAN. *Jurnal Perak Malahayati*, 3(2), 132-135. Muninjaya Gede. *Manajemen Kesehatan*. EGC: Jakarta; 2002.

Aulia, Ulfa. 2022. *Edukasi dan Pembagian VCO dan Biskuit Blondo Untuk Meningkatkan Tinggi Badan dan Berat Badan Balita*. Gorontalo : Genitri.

Bakri Sri Handayani. 2021. *Upaya Peningkatan Kesehatan Dan Gizi Ibu Hamil*. Bandung: Media sains Indonesia.

Gita, B., Sakti, A. O. P., Putra, B. I., & Ratnawati. 2019. *Pemanfaatan Minyak Limbah Pengolahan Virgin Coconut Oil (VCO) dan Ekstrak Patikan Kebo (Euphorbia Hirta) Sebagai Sabun yang Ramah Lingkungan*. *Jurnal Ilmiah Penalaran Dan Penelitian Mahasiswa*, Volume 3.

Karouw, S., Chandra, I., & Kapu'allo, M. L. 2014. *Karakteristik Virgin Coconut Oil dengan Metode Sentrifugasi pada Dua Tipe Kelapa*. Balai Penelitian Tanaman Palma.

Khairun, N. B., & Muhartono, M. 2021. Model Asupan Virgin Coconut Oil Untuk Perbaikan Indikator Stress Metabolik Balita Stunting di Wilayah Kerja Puskesmas Karang Anyar, Lampung Selatan.

Simbolon Densa, Jumiati, Anton Rahmadi. 2018. *Pencegahan dan penanggulangan Kurang Energi Kronik (KEK) dan Anemia Pada Ibu Hamil Pertama*. Yogyakarta : Deepublish.