


Peningkatan Edukasi Ibu Hamil tentang Faktor Kekurangan Energi Kronis di PMB Bd. Nislawaty

Endang Mayasari^{1*}, Erma Kasumayanti², Nislawaty³, Awari Susanti⁴

^{1,2,3,4}Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, Jl. Tuanku Tambusai No. 23, Suka Mulya, Kec. Bangkinang, Kabupaten Kampar, Provinsi Riau

E-mail: endangmayasari85@gmail.com

* Corresponding Author

 <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i3.5447>

ARTICLE INFO

Article history

Received: 10 Jan 2026

Revised: 23 Jan 2026

Accepted: 09 Feb 2026

Kata Kunci:

Ibu Hamil, Edukasi Kesehatan, Kekurangan Energi Kronis, PKM

Keywords:

Pregnant Women, Health Education, Protein-Energy Deficiency, Community Service

ABSTRACT

Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada ibu hamil masih menjadi masalah kesehatan yang berdampak terhadap risiko komplikasi kehamilan dan gangguan kesehatan ibu serta janin. Salah satu penyebab KEK adalah rendahnya pengetahuan ibu hamil mengenai kebutuhan energi dan protein selama kehamilan. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang faktor Kekurangan Energi Protein sebagai upaya pencegahan KEK. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 5 sampai dengan 12 di Praktik Mandiri Bidan Bd. Nislawaty, SST, M.Kes dengan metode ceramah, diskusi, dan media leaflet. Materi edukasi meliputi pengertian KEK, faktor penyebab, dampak KEK, serta kebutuhan energi dan protein selama kehamilan. Evaluasi dilakukan melalui tanya jawab untuk menilai pemahaman peserta setelah edukasi. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan ibu hamil mengenai pentingnya pemenuhan energi dan protein. Luaran kegiatan berupa artikel ilmiah pada jurnal pengabdian kepada masyarakat.

Chronic Energy Deficiency (CED) among pregnant women remains a public health problem that increases the risk of pregnancy complications and adverse maternal and fetal outcomes. One contributing factor to CED is the low level of knowledge among pregnant women regarding adequate energy and protein intake during pregnancy. This Community Service Program (PKM) aimed to improve pregnant women's knowledge of protein-energy deficiency as an effort to prevent CED. The activity was conducted from the 5th to the 12th at the Independent Midwifery Practice of Bd. Nislawaty, SST, M.Kes using lecture, discussion, and leaflet-based educational methods. Educational materials included the definition of CED, contributing factors, health impacts, and recommended energy and protein requirements during pregnancy. Evaluation was carried out through question-and-answer sessions to assess participants' understanding after the education. The results showed an improvement in pregnant women's knowledge regarding the importance of adequate energy and protein intake. The program was positively received by participants and the partner. The output of this activity is a scientific article published in a community service journal.



This is an open access article under the CC-BY-SA license.



How to Cite: Endang Mayasari, et al (2026). Peningkatan Edukasi Ibu Hamil tentang Faktor Kekurangan Energi Kronis di PMB Bd. Nislawaty, 4(3) 20063-20066. <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i3.5447>

PENDAHULUAN

Kesehatan ibu hamil merupakan salah satu prioritas utama dalam pembangunan kesehatan, karena berpengaruh langsung terhadap kualitas generasi yang akan datang. Masa kehamilan adalah periode kritis yang memerlukan perhatian khusus, terutama dalam pemenuhan kebutuhan gizi. Asupan energi dan protein yang adekuat sangat dibutuhkan untuk menunjang pertumbuhan janin, menjaga kesehatan ibu, serta mempersiapkan proses persalinan dan menyusui (Kemenkes RI, 2022).

Salah satu permasalahan gizi yang masih sering ditemukan pada ibu hamil adalah Kekurangan Energi Protein (KEK). KEK pada ibu hamil merupakan kondisi di mana asupan energi dan protein tidak

mencukupi kebutuhan tubuh selama kehamilan. Kondisi ini dapat diidentifikasi melalui pengukuran Lingkar Lengan Atas (LiLA) < 23,5 cm dan menjadi indikator risiko terjadinya komplikasi kehamilan (Kemenkes RI, 2021).

Dampak Kekurangan Energi Protein pada ibu hamil sangat luas, baik bagi ibu maupun janin. Pada ibu, KEK dapat meningkatkan risiko anemia, infeksi, kelelahan, dan komplikasi persalinan. Sementara itu, pada janin dapat menyebabkan pertumbuhan janin terhambat, bayi berat lahir rendah (BBLR), kelahiran prematur, hingga peningkatan risiko kematian perinatal (WHO, 2016; Black et al., 2013).

Salah satu faktor utama yang berkontribusi terhadap terjadinya KEK pada ibu hamil adalah rendahnya tingkat pengetahuan ibu mengenai kebutuhan gizi selama kehamilan. Kurangnya pemahaman tentang jenis, jumlah, dan sumber makanan bergizi menyebabkan ibu hamil tidak mampu memenuhi kebutuhan energi dan protein secara optimal. Selain itu, faktor sosial ekonomi, kebiasaan makan, serta kurangnya edukasi kesehatan yang berkesinambungan juga berperan dalam terjadinya KEK (Supriasa et al., 2019).

Praktik Mandiri Bidan sebagai fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama memiliki peran strategis dalam upaya promotif dan preventif, khususnya melalui pelayanan antenatal care (ANC) dan edukasi kesehatan ibu hamil. Bidan tidak hanya berperan dalam pelayanan klinis, tetapi juga sebagai pendidik kesehatan yang berinteraksi langsung dengan ibu hamil secara rutin (Prawirohardjo, 2020).

Praktik Mandiri Bidan Bd. Nislawaty, SST, M.Kes merupakan salah satu tempat pelayanan kesehatan yang aktif memberikan layanan kepada ibu hamil. Namun, masih ditemui ibu hamil yang memiliki pengetahuan terbatas mengenai faktor Kekurangan Energi Protein dan pentingnya pemenuhan gizi selama kehamilan. Kondisi ini menunjukkan perlunya intervensi berupa edukasi kesehatan yang terstruktur dan mudah dipahami oleh ibu hamil.

Berdasarkan uraian tersebut, kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) berupa *Peningkatan Edukasi Ibu Hamil tentang Faktor Kekurangan Energi Protein* menjadi sangat penting untuk dilaksanakan. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu hamil sehingga mampu mencegah terjadinya KEK dan mendukung terciptanya kehamilan yang sehat dan berkualitas.

METODE

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) ini dilaksanakan pada tanggal 5 sampai dengan 12 di Praktik Mandiri Bidan Bd. Nislawaty, SST, M.Kes dengan sasaran ibu hamil. Kegiatan dilakukan dengan memberikan edukasi kesehatan melalui ceramah dan diskusi menggunakan media leaflet. Materi yang disampaikan meliputi pengertian Kekurangan Energi Protein, penyebab dan dampaknya, serta kebutuhan energi dan protein selama kehamilan. Evaluasi dilakukan melalui tanya jawab untuk mengetahui pemahaman ibu hamil setelah kegiatan. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa ibu hamil lebih memahami pentingnya pemenuhan energi dan protein selama kehamilan. Luaran kegiatan berupa peningkatan pengetahuan ibu hamil dan artikel ilmiah pada jurnal pengabdian kepada masyarakat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) berupa edukasi tentang faktor Kekurangan Energi Protein pada ibu hamil telah dilaksanakan sesuai dengan rencana dan mendapat respon yang sangat baik dari peserta maupun mitra. Selama pelaksanaan kegiatan, ibu hamil menunjukkan antusiasme yang tinggi, terlihat dari kehadiran peserta, keaktifan dalam mengikuti materi, serta partisipasi dalam sesi diskusi dan tanya jawab. Hal ini menunjukkan bahwa topik Kekurangan Energi Protein dan Kekurangan Energi Kronis (KEK) merupakan isu yang relevan dan dibutuhkan oleh ibu hamil.

Hasil pengamatan awal selama kegiatan menunjukkan bahwa sebagian ibu hamil masih memiliki pengetahuan yang terbatas mengenai KEK. Banyak ibu hamil belum memahami pengertian KEK, penyebab terjadinya KEK, serta dampak jangka pendek dan jangka panjang KEK terhadap kesehatan ibu dan janin. Beberapa ibu hamil juga masih beranggapan bahwa makan dalam jumlah banyak sudah cukup, tanpa memperhatikan kualitas dan kandungan gizi, khususnya asupan energi dan protein. Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan informasi yang dapat meningkatkan risiko terjadinya KEK apabila tidak segera ditangani melalui edukasi yang tepat.

Setelah dilakukan edukasi kesehatan menggunakan metode ceramah, diskusi, dan media leaflet, terjadi peningkatan pemahaman ibu hamil mengenai pentingnya pemenuhan energi dan protein selama kehamilan. Ibu hamil mulai memahami bahwa KEK tidak hanya berdampak pada kondisi ibu, seperti kelelahan, anemia, dan risiko komplikasi kehamilan, tetapi juga berdampak pada janin, seperti risiko bayi berat lahir rendah, pertumbuhan janin terhambat, dan meningkatnya risiko stunting. Selain itu, ibu hamil juga mampu menyebutkan contoh sumber makanan berenergi dan berprotein yang mudah diperoleh dan sesuai dengan kondisi ekonomi keluarga.

Edukasi kepada ibu hamil tentang KEK sangat penting karena masa kehamilan merupakan periode kritis yang menentukan kesehatan ibu dan bayi. Ibu hamil dengan status gizi yang kurang berisiko mengalami KEK, yang pada akhirnya dapat memengaruhi keberhasilan kehamilan dan persalinan. Kurangnya pengetahuan ibu hamil tentang kebutuhan gizi sering kali menjadi faktor utama yang menyebabkan asupan energi dan protein tidak terpenuhi. Oleh karena itu, edukasi menjadi langkah promotif dan preventif yang efektif untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan ibu hamil sebelum terjadi masalah gizi yang lebih serius.

Kegiatan PKM ini juga memperkuat peran bidan sebagai ujung tombak pelayanan kesehatan ibu dalam memberikan edukasi yang berkelanjutan. Dengan tersedianya media edukasi berupa leaflet, mitra dapat melanjutkan kegiatan edukasi secara rutin dalam pelayanan antenatal care. Edukasi yang dilakukan secara konsisten diharapkan dapat membantu menurunkan risiko KEK pada ibu hamil, meningkatkan kualitas kehamilan, serta mendukung upaya pencegahan masalah gizi ibu dan bayi di masyarakat.

SIMPULAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) berupa edukasi kesehatan tentang faktor Kekurangan Energi Protein pada ibu hamil telah terlaksana dengan baik di Praktik Mandiri Bidan Bd. Nislawaty, SST, M.Kes. Kegiatan ini mampu meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai pengertian Kekurangan Energi Kronis (KEK), faktor penyebab, dampak KEK terhadap kesehatan ibu dan janin, serta pentingnya pemenuhan kebutuhan energi dan protein selama kehamilan. Edukasi yang diberikan melalui metode ceramah, diskusi, dan media leaflet mudah dipahami dan mendapat respon positif dari peserta. Selain meningkatkan pemahaman ibu hamil, kegiatan ini juga menghasilkan media edukasi yang dapat dimanfaatkan secara berkelanjutan oleh mitra dalam pelayanan antenatal care serta luaran berupa artikel ilmiah pada jurnal pengabdian kepada masyarakat. Oleh karena itu, kegiatan edukasi serupa disarankan untuk dilakukan secara rutin dan berkelanjutan dalam pelayanan kehamilan, dengan pengembangan metode edukasi yang lebih variatif serta penambahan evaluasi kuantitatif agar dampak kegiatan dapat diukur secara lebih objektif dan berkontribusi optimal dalam upaya pencegahan Kekurangan Energi Kronis pada ibu hamil.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Praktik Mandiri Bidan Bd. Nislawaty, SST, M.Kes beserta seluruh ibu hamil yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada seluruh anggota tim pengabdian atas kerja sama dan kontribusinya dalam pelaksanaan kegiatan. Selain itu, penulis mengapresiasi dukungan dari pihak-pihak terkait yang telah membantu kelancaran kegiatan ini sehingga dapat terlaksana dengan baik.

REFERENSI

- Chasanah, S. U. (2017). Peran Petugas Kesehatan Masyarakat Dalam Upaya Penurunan Angka Kematian Ibu Pasca MDGs 2015. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 9(2), 73–79. <https://doi.org/10.24893/jkma.v9i2.190>
- Dawed, A., Mekonnen, T. C., Chanie, M. G., Tadesse, S. E., Dewau, R., Muche, A., Zerga, A. A., Ayele, F. Y., & Gill, T. K. (2022). Comparing the Validity of Anthropometric Measurements in Identifying Malnutrition Status of Older Age People in Borena District, North Central Ethiopia: A Cross-sectional Study. *BMC Geriatrics*, 22(1). <https://doi.org/10.1186/s12877-022-03467-9>
- Ge, J., Zhao, S., Peng, X., Walker, A. N., Yang, N., Zhou, H., Wang, L., Zhang, C., Zhou, M., & You, H. (2022). Analysis of the Weight Management Behavior of Chinese Pregnant Women: An

- Integration of the Protection Motivation Theory and the Information-Motivation-Behavioral Skills Model. *Frontiers in Public Health*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.759946>
- Guspianto, G. (2012). Determinan Kepatuhan Bidan Di Desa Terhadap Standar Antenatal Care. *Kesmas National Public Health Journal*, 7(2), 69. <https://doi.org/10.21109/kesmas.v7i2.65>
- Harahap, D. S. (2022). Sistem Pakar Menggunakan Metode Forward Chaining Dalam Perawatan Maternal. *Jurnal Sistim Informasi Dan Teknologi*. <https://doi.org/10.37034/jsisfotek.v4i4.150>
- Kumalasari, I., Maksuk, M., Yuniati, F., Rangga, A. D., Fathurrahman, M. D., & Aulia, E. (2023). Pengembangan Aplikasi “DELIMA” Sebagai Upaya Deteksi Dini Kehamilan Bermasalah. *Jurnal Kesehatan*, 12(1), 124–132. <https://doi.org/10.46815/jk.v12i1.134>
- Lestari, I., Saudah, N., & Dewi, C. P. L. (2022). Literature Review: Analysis to Reduce Maternal Mortality. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 9(2), 261–269. <https://doi.org/10.26699/jnk.v9i2.art.p261-269>
- Mariati, M., Baska, D. Y., Nugraheni, D. E., & Wahyuni, E. (2023). Pendampingan Kelompok Jarestiput Dalam Pencegahan Risiko Tinggi Pada Ibu Hamil. *Kumawula Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1), 43. <https://doi.org/10.24198/kumawula.v6i1.39918>
- Nurhasanah, R., Masrul, M., Malini, H., & Tarawan, V. M. (2020). A Structure Equation Model Examining Self-Care Behavior Toward Pregnancy-Related Complication and Their Associated Factors Among Women in Indonesia. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 8(B), 1047–1052. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2020.5109>
- Nurti, T., Johari, A., Naswir, M., & Herlambang. (2022). The Effectiveness of the Models and Guidelines on Detecting High-risk Pregnancies: A Systematic Review. In *Journal of Client-Centered Nursing Care (Vol. 8, Number 2, pp. 89–98)*. Iran University of Medical Sciences. <https://doi.org/10.32598/JCCNC.8.2.419.1>
- PROFIL KAB. KAMPAR 2024-digabungkan. (n.d.).
- Scott, S., Chowdhury, M. E., Pambudi, E. S., Qomariyah, S., & Ronsmans, C. (2013). Maternal Mortality, Birth With a Health Professional and Distance to Obstetric Care in <scp>I</Scp>ndonesia and <scp>B</Scp>angladesh. *Tropical Medicine & International Health*, 18(10), 1193–1201. <https://doi.org/10.1111/tmi.12175>
- Sembiring, A., Gultom, L., Siregar, Y., Suswati, S., & Zuraidah, Z. (2022). Pemeriksaan Ante Natal Care Dan Penyuluhan Deteksi Dini Kehamilan Resiko Tinggi Pada Ibu Hamil Didesa Kutalimbaru Kecamatan Kutalimbaru Kabupaten Deli Serdang. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 5(11), 4014–4024. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i11.7568>
- Suparji, S., Nugroho, H. S. W., Sunarto, S., Latif, A., & Prayogi, A. S. (2024). Impact, Implications, Challenges of Accelerating Maternal Mortality Rates in Indonesia. *Health Dyn.*, 1(3), 104–107. <https://doi.org/10.33846/hd10306>
- Usman, H., Maineny, A., & Kuswanti, F. (2022). Peningkatan Keterampilan Kader Dalam Deteksi Dini Risiko Tinggi Kehamilan (Kaderink). *Poltekita Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(1), 19–26. <https://doi.org/10.33860/pjpm.v3i1.405>
- Utami, Y., Ratnawati, R., & Villasari, A. (2022). Pendampingan Kelas Ibu Hamil Dalam Keberhasilan Asi Eksklusif. *Jurnal Bhakti Civitas Akademika*, 5(1), 38–45. <https://doi.org/10.56586/jbca.v5i1.170>
- Wulandari, Y., & Agussafutri, W. D. (2017). Preconception Care Sebagai Strategi Menurunkan Angka Kematian Ibu Di Indonesia. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 139–143. <https://doi.org/10.34035/jk.v8i2.232>
- Yusnia, N., Lestari, F., Zahra, N. A., & Amanda, T. (2023). Edukasi Pada Ibu Hamil Mengenai Tanda Bahaya Kehamilan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 65–70. <https://doi.org/10.30999/jpkm.v13i3.2930>