

**GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN IBU HAMIL MENGENAI
KEK (KURANG ENERGI KRONIS) PADA MASA KEHAMILAN
DI DESA MARGOMULYO KECAMATAN BALEN
KABUPATEN BOJONEGORO**

***DESCRIPTION OF THE LEVEL OF KNOWLEDGE OF PREGNANT WOMEN ABOUT CED
(CHRONIC ENERGY LACK) DURING PREGNANCY IN MARGOMULYO VILLAGE, BALEN
DISTRICT BOJONEGORO DISTRICT***

Fidrotin Azizah¹, Eva Riantika Ratna Palupi², Arwinda Shinta Tri Haruningtyas³
fidrotinazizah@gmail.com, eva.riantikarp@gmail.com, arwintal4@gmail.com
Prodi DIII Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Rajekwesi Bojonegoro

ABSTRAK

Pengetahuan penting bagi ibu hamil, kurangnya pengetahuan ibu hamil dalam menentukan nutrisi yang baik selama kehamilan salah satu faktor yang menyebabkan ibu hamil mengalami KEK. Kekurangan energi kronik ibu hamil dapat mempengaruhi proses pertumbuhan janin dan dapat menimbulkan keguguran, abortus, bayi lahir mati, kematian neonatal. Tujuan penelitian adalah mengidentifikasi tingkat pengetahuan ibu hamil mengenai KEK (Kurang Energi Kronis) pada masa kehamilan di Desa Margomulyo Kecamatan Balen Kabupaten Bojonegoro.

Desain penelitian *deskriptif* dengan pendekatan *survey*. Populasi semua ibu hamil di Desa Margomulyo Kecamatan Balen Kabupaten Bojonegoro, pada bulan Januari tahun 2023, sebanyak 25 orang, sampel 25 responden, pengambilan sampel dengan teknik *total sampling*. Pengumpulan data dengan lembar kuesioner kemudian di *editing*, *coding*, *scoring* dan *tabulating* selanjutnya dideskripsikan.

Dari hasil penelitian tingkat pengetahuan ibu hamil mengenai KEK (Kurang Energi Kronis) pada masa kehamilan kurang sebanyak 20 orang (80,0%).

Diharapkan bagi ibu hamil untuk menambah informasi tentang KEK (Kurang Energi Kronis) pada masa kehamilan dengan aktif mengikuti penyuluhan, aktif bertanya dan berkonsultasi dengan petugas kesehatan, seperti dokter atau bidan dan mencari sumber informasi yang terpercaya mengenai KEK pada masa kehamilan.

Kata Kunci: *Pengetahuan, Ibu Hamil, Kurang Energi Kronis*

ABSTRACT

Knowledge is important for pregnant women, the lack of knowledge of pregnant women in determining good nutrition during pregnancy is one of the factors that causes pregnant women to experience KEK. Chronic energy deficiency in pregnant women can affect the growth process of the fetus and can cause miscarriage, abortion, stillbirth, and neonatal death. The aim of the research was to identify the level of knowledge of pregnant women about KEK (Chronic Energy Deficiency) during pregnancy in Margomulyo Village, Balen District, Bojonegoro Regency.

Descriptive research design with a survey approach. The population of all pregnant women in Margomulyo Village, Balen District, Bojonegoro Regency, in January 2023, was 25 people, a sample of 25 respondents, the sample was taken using the total sampling technique. Data collection using questionnaire sheets is then edited, coding, scoring and tabulating, then described.

From the results of the research, the level of knowledge of pregnant women about KEK (Chronic Energy Deficiency) during pregnancy is less than 20 people (80.0%).

It is expected that pregnant women will add information about KEK (Chronic Energy Deficiency) during pregnancy by actively participating in counseling, actively asking questions and consulting with health workers, such as doctors or midwives and seeking reliable sources of information about KEK during pregnancy.

Keywords: *Knowledge, Pregnant Women, Chronic Energy Deficiency*

Pendahuluan

Kesehatan selama kehamilan sangat penting dan merupakan aspek yang harus diperhatikan oleh setiap perempuan. Selama masa kehamilan, ada potensi terjadinya komplikasi yang tidak diinginkan, sehingga perlu perhatian yang serius dan memastikan agar ibu hamil tetap sehat (Loisza A, 2020). Pengetahuan ibu terhadap gizi dan kesehatan kehamilan sangat penting karena dapat mempengaruhi pemilihan jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi, sehingga mempengaruhi kualitas kehamilan (Carolyn B, 2022). Pengetahuan penting bagi ibu hamil, kurangnya pengetahuan ibu hamil dalam menentukan nutrisi yang baik selama kehamilan salah satu faktor yang menyebabkan ibu hamil mengalami KEK (Diningsih R, 2021). Kekurangan energi kronik ibu hamil dapat memengaruhi proses pertumbuhan janin dan dapat menimbulkan keguguran, abortus, bayi lahir mati, kematian neonatal, cacat bawaan, anemia pada bayi, afiksia intrapartum (mati dalam kandungan), lahir dengan berat badan lahir rendah (BBLR). Bila BBLR bayi mempunyai resiko kematian, gizi kurang, gangguan pertumbuhan, dan gangguan perkembangan anak (Bhatari A, dkk, 2022: 15). Fenomena yang ditemukan awal survey bulan Desember 2022 di wilayah kerja PKM Balen Kabupaten Bojonegoro merupakan kasus KEK terbanyak dari jumlah keseluruhan 35 ibu hamil 9 diantaranya KEK serta diberikan PMT pada ibu hamil di Polindes Margomulyo.

Organisasi kesehatan dunia (WHO) melaporkan bahwa prevalensi KEK pada kehamilan secara global 32-73% dimana secara signifikan angka kejadian tertinggi terjadi pada kehamilan trimester ketiga bila dibandingkan dengan kehamilan trimester pertama dan kedua. WHO juga mencatat lebih dari 35% kematian ibu di negara berkembang sangat berkaitan dengan anemia dan KEK dengan prevalensi terbanyak dari kasus tersebut terjadi karena ibu KEK (Carolyn B, 2022). Berdasarkan sumber data laporan rutin tahun 2020 yang terkumpul dari 34 provinsi menunjukkan dari 4.656.382 ibu hamil yang diukur lingkar lengan atasnya (LiLA), diketahui sekitar 451.350 ibu hamil memiliki LiLA < 23,5 cm (mengalami risiko KEK). Dari perhitungan tersebut dapat disimpulkan bahwa persentase ibu hamil dengan risiko KEK tahun 2020 adalah sebesar 9,7%, sementara target tahun 2020 adalah 16%. Kondisi tersebut menggambarkan bahwa pencapaian target ibu hamil KEK tahun ini telah melampaui target Renstra Kemenkes tahun 2020. Jika capaian tersebut dibandingkan dengan ambang batas menurut WHO, maka persentase bumil KEK di Indonesia termasuk masalah kesehatan masyarakat kategori ringan (< 10%) (Kemenkes RI, 2021). Dari data Riskesdas Provinsi Jawa Timur 2018, prevalensi Kurang Energi Kronis (KEK) pada wanita hamil sebesar 19,59%, di Kabupaten Bojonegoro angka prevalensi Kurang Energi Kronis (KEK) pada wanita hamil sebesar 32,23% dari jumlah keseluruhan ibu hamil sebanyak 431 orang. Di Puskesmas Balen pada tahun 2022 di Desa Margomulyo Kecamatan Balen Kabupaten Bojonegoro prevalensi Kurang Energi Kronis (KEK) pada wanita hamil sebesar 18,6%, di Desa Margomulyo Kecamatan Balen Kabupaten Bojonegoro Kurang Energi Kronis (KEK) pada wanita hamil sebesar 25,7% dari jumlah keseluruhan ibu hamil sebanyak 25 orang pada bulan maret 2023

Kekurangan energi kronis atau yang selanjutnya disebut dengan KEK merupakan suatu keadaan dimana status gizi seseorang buruk yang disebabkan kurangnya konsumsi pangan sumber energi yang mengandung zat gizi makro (Hartanto D, 2020: 19). Penyebab utama terjadinya KEK pada ibu hamil yaitu sejak sebelum hamil ibu sudah mengalami kekurangan energi. Penyebab tidak langsung terdiri dari hambatan *utilitas* zat-zat gizi, hambatan absorpsi karena penyakit infeksi atau infeksi cacing, ekonomi yang kurang, pendidikan gizi kurang, produksi pangan yang kurang mencukupi kebutuhan, kondisi hygiene yang kurang baik dan pengetahuan (Bhatari A, dkk, 2022: 14). Pengetahuan tentang gizi yang dimiliki oleh seorang ibu dapat mempengaruhi cara dia membuat keputusan dan juga mempengaruhi perilakunya. Jika seorang ibu memiliki pengetahuan yang baik tentang gizi, ia akan memberikan makan yang seimbang dan memenuhi kebutuhan nutrisi dirinya dan bayinya, terutama saat masa ngidam. Meskipun saat itu, ibu mungkin mengalami mual dan perasaan tidak stabil, tetapi jika dia memiliki pengetahuan yang baik, ia akan berusaha untuk memastikan bahwa dia dan bayinya tetap mendapat nutrisi yang dibutuhkan (Diningsih R, 2021). Pengetahuan yang kurang dapat disebabkan oleh faktor pengetahuan, umur, pendidikan, pekerjaan, media informasi, jarak dan perilaku petugas kesehatan (Lestari, 2021). Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin mudah bagi mereka untuk memahami informasi yang diterima dari berbagai sumber. Ibu hamil mungkin kurang memahami tentang Kekurangan Energi Kronis (KEK) seiring dengan meningkatnya kebutuhan nutrisi pada masa kehamilan. Aktivitas pertumbuhan janin yang sangat aktif, terutama pada trimester III, membutuhkan peningkatan asupan energi. Oleh karena itu, penting bagi ibu hamil untuk memenuhi kebutuhan nutrisinya dengan mengonsumsi makanan yang kaya akan sumber energi. Namun, jika tidak terpenuhi, hal ini bisa mengakibatkan malnutrisi atau Kekurangan Energi Kronis (Bhatari A, dkk, 2022: 15).

Upaya mencegah serta menanggulangi kejadian KEK pada ibu hamil, salah satunya yaitu dengan pemberian pendidikan kesehatan tentang KEK. Pemberian pendidikan kesehatan bertujuan untuk memberikan informasi dini mengenai KEK dan upaya pencegahannya. Pengetahuan tentang kebutuhan

nutrisi pada kehamilan baik dimana jika ibu hamil yang memiliki pengetahuan tentang nutrisi yang baik ia akan lebih memilih makan yang bergizi dibandingkan dengan makanan yang kurang bergizi. Oleh karena itu perlunya peningkatan pengetahuan yang harus dimiliki oleh ibu hamil dengan cara mendapatkan pendidikan non formal baik melalui pendidikan kesehatan atau sosialisasi yang dilakukan oleh petugas kesehatan maupun dengan mencari informasi melalui media massa (Retni, 2021). Pencegahan ibu hamil KEK dapat dilakukan melalui edukasi dan konseling gizi untuk memperbaiki pola makan ibu hamil, serta pemberian makanan tambahan (MT) untuk memenuhi kecukupan gizi ibu hamil, baik melalui pemberian MT berbasis pangan lokal, maupun MT pabrikan (biskuit) dengan kandungan 11 vitamin dan 7 mineral. Selama kehamilan, selain pemantauan LiLA, kenaikan berat badan juga harus dipantau agar sesuai standar kenaikan berat badan selama hamil (Kemenkes RI, 2020: 13).

Tenaga kesehatan diharapkan mampu menjalankan peran, fungsi, dan kompetensinya dalam melakukan pelayanan kesehatan terkait dengan peran, fungsi, dan kompetensinya, perawat memiliki banyak tugas serta peran seperti sebagai fasilitator advokator, konselor, motivator, komunikator dimana meliputi pendidikan kesehatan terutama mengenai KEK (Kurang Energi Kronis), seperti pentingnya nutrisi, makanan yang baik dan penting untuk ibu hamil. Tenaga kesehatan harus memberikan fasilitas, supervisi, asuhan dan memberikan nasihat yang dibutuhkan dan penyuluhan untuk ibu hamil. Sebagai seorang tenaga kesehatan harus memberikan informasi secara jelas kepada ibu hamil. Pemberian informasi sangat diperlukan karena untuk memperbaiki kurangnya pengetahuan dan sikap ibu hamil yang salah tentang kesehatan, makanan yang baik dan penting guna mengatasi masalah obesitas dan KEK (Oktavini, 2019: 31).

Adapun yang dapat dilakukan kader dalam memberikan dukungan kepada ibu hamil yang mengalami KEK yaitu berikan edukasi seputar pemenuhan gizi selama kehamilan, anjurkan ibu untuk mengkonsumsi suplemen tambahan, pantau status gizi ibu, berikan konseling untuk membantu ibu memperbaiki status gizinya, jelaskan pentingnya memilih makanan yang tepat selama kehamilan dan anjurkan ibu untuk memeriksakan diri ke fasilitas kesehatan untuk mendiagnosis secara tepat tentang status gizi ibu tersebut (Dewi, 2019: 25). Penanggulangan ibu hamil KEK harus dimulai sejak sebelum hamil (calon pengantin/ catin) bahkan sejak usia remaja putri (rematri). Upaya penanggulangan tersebut membutuhkan koordinasi lintas program melalui kegiatan edukasi kesehatan reproduksi remaja putri melalui program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) dan Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR), konseling CATIN, pemeriksaan ibu hamil terpadu (Pelayanan Antenatal Terpadu) dan perlu dukungan lintas sektor, organisasi profesi, tokoh masyarakat, LSM dan institusi lainnya (Angraini, 2021). Tujuan penelitian adalah mengetahui gambaran tingkat pengetahuan ibu hamil mengenai KEK (Kurang Energi Kronis) pada masa kehamilan di Desa Margomulyo Kecamatan Balen Kabupaten Bojonegoro.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode *deskriptif*. Bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan ibu hamil mengenai KEK (Kurang Energi Kronis) pada masa kehamilan di Desa Margomulyo Kecamatan Balen Kabupaten Bojonegoro. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu hamil di Desa Margomulyo Kecamatan Balen Kabupaten Bojonegoro, pada bulan Januari tahun 2023, sebanyak 25 orang. Pada penelitian ini pengambilan sampel dilakukan pada Ibu hamil di Desa Margomulyo Kecamatan Balen Kabupaten Bojonegoro, pada bulan Januari tahun 2023, sebanyak 25 responden dengan teknik *total sampling*. Variabel dalam penelitian adalah tingkat pengetahuan ibu hamil mengenai KEK (Kurang Energi Kronis). Instrumen dalam penelitian ini adalah lembar kuesioner, kemudian data diolah menggunakan *editing, coding, scoring dan tabulating* untuk mencari prosentase.

Hasil Penelitian dan Pembahasan

1. Hasil Penelitian

a. Data Umum

Tabel 1 Distribusi Karakteristik Responden

No.	Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Usia :		
	≤ 20 tahun	2	8,0
	21-30 tahun	17	68,0
	31-35 tahun	4	16,0
	>35 tahun	2	8,0
2.	Pendidikan :		
	Tidak sekolah	0	0,0
	Pendidikan Dasar (SD/SMP)	6	24,0
	Pendidikan Menengah (SMA)	18	72,0
	Perguruan Tinggi	1	4,0
3.	Pekerjaan :		
	Tidak bekerja	14	56,0
	Buruh/Petani	1	4,0
	Swasta/Wiraswasta	9	36,0
	PNS/TNI	1	4,0
4.	Jumlah Anak :		
	Belum punya	12	48,0
	1 anak	7	28,0
	2 anak	4	16,
	> 2 anak	2	8,0

Berdasarkan tabel 1 di atas dari 25 responden di Desa Margomulyo Kecamatan Balen Kabupaten Bojonegoro lebih dari sebagian berusia 21-30 tahun sebesar 17 orang (68,0%), lebih dari sebagian berpendidikan SMA/ sederajat (tingkat menengah) sebesar 18 orang (72,0%), lebih dari sebagian tidak bekerja sebesar 14 orang (56,0%) dan kurang dari sebagian belum memiliki anak sebesar 12 orang (48,0%).

b. Data Khusus

Tabel 2 Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Mengenai KEK (Kurang Energi Kronis) Pada Masa Kehamilan

No	Tingkat pengetahuan ibu hamil mengenai KEK (Kurang Energi Kronis) pada masa kehamilan	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Baik	4	16,0
2.	Cukup	1	4,0
3.	Kurang	20	80,0
Jumlah		143	25

Berdasarkan tabel 2 di atas dari 143 responden di Desa Bulaklo Kecamatan Balen Kabupaten Bojonegoro sebagian besar upaya pencegahan kejadian *Congestive Heart Failure* (CHF)/Gagal Jantung *Kongestif* pada penderita hipertensi dalam kategori kurang sebanyak 116 orang (81,1%).

2. Pembahasan

Pada pembahasan ini peneliti akan membahas data khusus mengenai tingkat pengetahuan ibu hamil mengenai KEK (Kurang Energi Kronis) pada masa kehamilan di Desa Margomulyo Kecamatan Balen Kabupaten Bojonegoro. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan dari 25 responden di Desa Margomulyo Kecamatan Balen Kabupaten Bojonegoro sebagian besar tingkat pengetahuan ibu hamil mengenai KEK (Kurang Energi Kronis) pada masa kehamilan dalam kategori kurang sebanyak 20 orang (80,0%).

Kekurangan energi kronis atau yang selanjutnya disebut dengan KEK merupakan suatu keadaan dimana status gizi seseorang buruk yang disebabkan kurangnya konsumsi pangan sumber energi yang mengandung zat gizi makro (Hartanto D, 2020: 19). Pengetahuan ibu terhadap gizi dan kesehatan kehamilan sangat penting karena dapat mempengaruhi pemilihan jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi, sehingga mempengaruhi kualitas kehamilan (Carolin B, 2022). Pengetahuan adalah merupakan hasil dari tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, yakni: indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Notoatmodjo S, 2018). Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan yaitu 1) Pendidikan, diperlukan untuk mendapat informasi misalnya hal-hal yang menunjang kesehatan sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup. Pendidikan dapat mempengaruhi seseorang termasuk juga perilaku seseorang akan pola hidup terutama dalam memotivasi untuk sikap berperan serta dalam pembangunan, pada umumnya makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah menerima informasi. 2) Pekerjaan, bukanlah sumber kesenangan, tetapi lebih banyak merupakan cara mencari nafkah yang membosankan, berulang dan banyak tantangan. Sedangkan bekerja umumnya merupakan kegiatan yang menyita waktu. Bekerja bagi ibu-ibu akan mempunyai pengaruh terhadap kehidupan keluarga. 3) Umur, semakin cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan bekerja. Dari segi kepercayaan masyarakat seseorang yang lebih dewasa dipercaya dari orang yang belum tinggi kedewasaannya. Hal ini akan sebagai dari pengalaman dan kematangan jiwa. 4) Lingkungan, merupakan seluruh kondisi yang ada disekitar manusia dan pengaruhnya yang dapat mempengaruhi perkembangan dan perilaku orang atau kelompok dan 5) Sosial budaya, sistem sosial budaya yang ada pada masyarakat dapat mempengaruhi dari sikap dalam menerima informasi (Wawan A & Dewi M, 2019: 18).

Dalam penelitian yang dilakukan di Desa Margomulyo, Kecamatan Balen, Kabupaten Bojonegoro, ditemukan bahwa sebagian besar ibu hamil memiliki pengetahuan yang kurang tentang KEK (Kurang Energi Kronis) pada masa kehamilan. Kurangnya pengetahuan responden dibuktikan dengan 17 ibu hamil salah menjawab mengenai definisi ibu hamil KEK. Ini mengindikasikan bahwa mereka tidak memahami dengan benar konsep KEK dan karakteristiknya. Selain itu, 20 ibu hamil juga salah menjawab cara menentukan apakah seorang ibu hamil termasuk dalam kategori KEK. Hal ini menunjukkan ketidaktahuan mereka dalam mengidentifikasi tanda-tanda dan gejala KEK pada diri mereka sendiri. Selanjutnya, terdapat 19 ibu hamil yang salah menjawab dampak masalah kurang energi kronis pada ibu hamil. Mereka tidak menyadari konsekuensi kesehatan yang serius yang dapat timbul akibat KEK, seperti penurunan berat badan yang signifikan, risiko komplikasi kehamilan, atau pertumbuhan janin yang terhambat. Selain itu, 18 ibu hamil menjawab salah satu dampak masalah kurang energi kronis pada ibu hamil terhadap masa nifas. Ini menunjukkan kurangnya pemahaman tentang hubungan antara KEK pada masa kehamilan dengan masa nifas dan dampaknya terhadap kesehatan ibu pasca melahirkan. Kurangnya pengetahuan ibu kurang tentang KEK (Kurang Energi Kronis) dalam penelitian ini bisa disebabkan karena kurangnya kesadaran dari responden dalam memperoleh informasi mengenai KEK karena kurangnya responden datang ke tempat pelayanan kesehatan atau polindes khususnya ibu hamil trimester I dan II. Secara demografi pengetahuan ibu yang rendah mengenai Kekurangan Energi Kronis atau KEK ini dikarenakan berpendidikan SMA dimana pendidikan formal yang mereka tempuh tidak memberikan pembahasan khusus tentang KEK pada kehamilan. Karena itu, ibu hamil dengan latar belakang pendidikan SMA atau tingkat menengah belum mendapatkan informasi yang cukup mengenai pentingnya asupan makanan yang cukup dan bergizi selama kehamilan serta dampak negatif KEK pada kesehatan ibu dan perkembangan janin. Ketika ibu hamil kurang memahami tentang KEK, mereka tidak menyadari risiko komplikasi kehamilan yang dapat timbul akibat kekurangan energi dan gizi. Mereka juga tidak tahu bagaimana cara mengidentifikasi gejala KEK atau langkah-langkah yang dapat mereka ambil untuk mencegahnya. Selain faktor tingkat pendidikan, kurangnya pengetahuan ibu hamil tentang KEK pada masa kehamilan juga dapat dipengaruhi oleh mayoritas usia responden. Dalam penelitian yang dilakukan di Desa Margomulyo, Kecamatan Balen, Kabupaten Bojonegoro, ditemukan bahwa sebagian besar ibu hamil

yang menjadi responden berada dalam rentang usia 21-30 tahun, yang merupakan usia dewasa awal. Usia dewasa awal seringkali merupakan fase kehidupan di mana ibu hamil menghadapi perubahan besar dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk dalam mempersiapkan kehamilan dan perawatan diri selama masa kehamilan. Dalam konteks ini, pengetahuan tentang KEK pada masa kehamilan belum sepenuhnya terbentuk atau diperoleh. Selain tingkat pendidikan dan usia, kurangnya pengetahuan ibu hamil tentang KEK pada masa kehamilan juga dapat dipengaruhi oleh jumlah anak yang mereka miliki. Dalam penelitian di Desa Margomulyo, Kecamatan Balen, Kabupaten Bojonegoro, sebagian responden diketahui belum memiliki anak atau sedang mengalami kehamilan pertama. Bagi ibu hamil yang belum memiliki pengalaman sebelumnya dalam menghadapi kehamilan dan perawatan kehamilan, pengetahuan tentang KEK masih terbatas. Mereka belum memiliki pemahaman yang cukup tentang pentingnya asupan makanan yang cukup dan bergizi selama kehamilan, serta dampak KEK pada kesehatan ibu dan perkembangan janin. Ibu hamil yang sedang mengalami kehamilan pertama juga belum familiar dengan berbagai konsep dan informasi mengenai perawatan kehamilan. Proses pembelajaran tentang KEK dan perawatan kehamilan pada umumnya dapat berlangsung seiring dengan pengalaman dan kehamilan berikutnya. Kurangnya pengetahuan tentang KEK pada ibu hamil menunjukkan perlunya peningkatan pendidikan kesehatan yang spesifik mengenai kehamilan dan KEK. Penting untuk menyediakan informasi yang mudah dipahami, komprehensif, dan relevan bagi ibu hamil agar mereka dapat mengambil tindakan yang tepat untuk menjaga kesehatan mereka dan perkembangan janin.

Kesimpulan Dan Saran

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dari 25 responden di Desa Margomulyo Kecamatan Balen Kabupaten Bojonegoro tahun 2023 yang sesuai dengan tujuan penelitian, dapat disimpulkan sebagai berikut tingkat pengetahuan ibu hamil mengenai KEK (Kurang Energi Kronis) pada masa kehamilan di Desa Margomulyo Kecamatan Balen Kabupaten Bojonegoro sebagian besar dalam kategori kurang.

B. Saran

Diharapkan bagi ibu hamil untuk menambah informasi tentang KEK (Kurang Energi Kronis) pada masa kehamilan bisa menggunakan cara yang modern seperti mencari informasi di internet atau googling, aktif bertanya dan berkonsultasi dengan petugas kesehatan, seperti dokter atau bidan. Gunakan kesempatan ini untuk mendapatkan penjelasan lebih lanjut tentang KEK dan bagaimana cara mencegahnya. Selain mengikuti penyuluhan dan berkonsultasi dengan petugas kesehatan, ibu hamil dapat mencari sumber informasi yang terpercaya mengenai KEK pada masa kehamilan. Pilihlah sumber informasi yang berbasis penelitian dan diakui oleh lembaga kesehatan resmi. Misalnya, situs web resmi Kementerian Kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Angraini. 2021. *Penguatan Layanan Primer Dalam Mencegah Kurang Energi Kronis Pada Ibu Hamil* 2021. http://repository.lppm.unila.ac.id/25980/1/FORNAS_PB_Dian%20Isti%20Angraini_rev.pdf
- Bhatari A. dkk. 2022. *Cegah Stunting Demi Generasi Cemerlang*. Poltekkes Kemenkes Denpasar. Bali
- Carolyn B. 2022. *Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kekurangan Energi Kronik Pada Ibu Hamil*. Jurnal Kebidanan Vol. 11 No . 1.
- Dewi A. dkk. 2019. *Deteksi Dini Kehamilan Resiko Tinggi Bagi Kader Kesehatan*. Leutika Prio. Yogyakarta.
- Diningsih R. 2021. *Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Gizi Terhadap Kejadian Kekurangan Energi Kronik (KEK)*. Binawan Student Journal (BSJ) Volume 3 Nomor 3.
- Hartanto D. 2020. *Modul Edukasi Remaja Generasi Milenial Bergizi*. Penerbit K-Media. Yogyakarta
- Kemenkes RI. 2021. *Laporan Kinerja Kementerian Kesehatan Tahun 2020*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Lestari N. 2021. *Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Kurang Energi Kronis (KEK) Di Puskesmas Sungai Bilu Banjarmasin*. Zona Kebidanan – Vol. 11 No. 2.
- Loisza A. 2020. *Alasan Ibu Hamil Tidak Melakukan Imunisasi TT Lengkap Di Puskesmas Cipeundeuy Kabupaten Bandung Barat*. Jurnal Kesehatan Vol 10, No. 2.
- Notoatmado S. 2018. *Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi*. Rineke Cipta. Jakarta.
- Oktavini. 2019. *Modul Praktik Kebidanan Holistik Pada Remaja Dan Pra Nikah*. Poltekkes Kemenkes Palangka Raya.
- Retni A. 2021. *Pengaruh Pengetahuan Ibu Hamil Terhadap Kejadian Kekurangan Energi Kronik Di Wilayah Kerja Puskesmas Batudaa Pantai*. Jurnal Zaitun Universitas Muhammadiyah Gorontalo ISSN : 2301-5691
- Wawan A & Dewi M. 2019. *Teori & Pengukuran Pengetahuan. Sikap dan Perilaku Manusia*. Nuha Medika. Yogyakarta.