

SKRIPSI

HUBUNGAN VARIASI MENU MAKANAN YANG DIKONSUMSI IBU HAMIL DENGAN KEJADIAN PRE-EKLAMPSIA

(Di PMB Maulidawati, S.ST Tengket Arosbaya, Kab. Bangkalan)

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan Dalam Rangka Untuk Melengkapi Sebagian Persyaratan
Menjadi Sarjana Kebidanan



Oleh :

QURROTA A'YUN

NIM. 20153020099

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV KEBIDANAN
STIKES NGUDIA HUSADA MADURA
BANGKALAN
2021**

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN VARIASI MENU MAKANAN YANG DIKONSUMSI IBU HAMIL DENGAN KEJADIAN PRE-EKLAMPSIA

(Studi Di PMB Maulidawati, S.ST Tengket Arosbaya, Kab. Bangkalan)

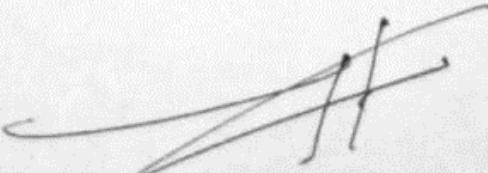
NASKAH PUBLIKASI

Oleh :

OURROTA A'YUN
NIM. 20153020099

Telah disetujui pada Tanggal:
30 Agustus 2021

Pembimbing



Novi Anggraeni, S. SiT., M.PH
NIDN.0728058101

HUBUNGAN VARIASI MENU MAKANAN YANG DIKONSUMSI IBU HAMIL DENGAN KEJADIAN PRE-EKLAMPSIA

(Di PMB Maulidawati, S.ST Tengket Arosbaya, Kab. Bangkalan)

Qurrota A'yun. Novi Anggraeni, S.SiT., M.PH

*email : qurrotaayun1418@gmail.com

ABSTRAK

Preeklamsia merupakan salah satu komplikasi kehamilan yang kemungkinan akan dipengaruhi oleh asupan gizi ibu hamil. Ini karena, dalam kasus preeklamsia, tingkat antioksidan, terutama peroksida lemak, meningkatkan antioksidan/radikal bebas dalam tubuh dan melebihi kemampuan tubuh untuk menetralkannya. Hal ini menyebabkan disfungsi sel endotel, yang disebut stres oksidatif. Nutrisi yang tepat merupakan faktor yang harus diperhatikan untuk menjaga kesehatan ibu dan janin selama masa pertumbuhan dan perkembangan. Saat menyiapkan menu makanan harus memperhatikan menu hidangan yang seimbang dan bervariasi. Berdasarkan kenyataan dilapangan terdapat ibu hamil yang masih mengkonsumsi makanan tidak seimbang seperti makanan tinggi garam, tinggi lemak dan kafein yang dapat menyebabkan terjadinya preeklamsia. Menganalisa variasi menu makanan yang dikonsumsi ibu hamil dengan kejadian Pre Eklamsia di PMB Maulidawati Tengket Arosbaya.

Penelitian ini menggunakan survei analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Variabel dependennya adalah ibu hamil preeklamsia sedangkan variabel independennya adalah variasi menu makanan. Jumlah populasi 56 dengan sampel 5 ibu hamil dan 5 ibu hamil preeklamsia yang diambil secara *Purposive Sampling*, dan analisis data dengan univariat dan bivariat.

Hasil penelitian di dapatkan bahwa ibu hamil yang mengkonsumsi variasi menu makanan tidak seimbang hampir seluruhnya mengalami preeklamsia (93,1%) dan ibu hamil yang mengkonsumsi variasi menu makanan seimbang sebagian kecil tidak menderita preeklamsia (94,5%). *Chi Square* diperoleh nilai $p = 0,000$ berarti nilai $p = \alpha$ (0,000). Yang berarti ada hubungan variasi menu makanan yang dikonsumsi ibu hamil dengan kejadian preeklamsia.

Diharapkan bisa dijadikan sebagai bahan masukan untuk penelitian selanjutnya serta bidan dapat memberikan penyuluhan terhadap ibu hamil dimana mengkonsumsi variasi menu makanan yang seimbang dan tidak seimbang ini berpengaruh terhadap masa kehamilan.

Kata Kunci : Ibu Hamil, Variasi Menu Makanan

THE RELATIONSHIP OF FOOD MENU VARIATIONS CONSUMED PREGNANT MOTHER WITH EVENTS OF PRE-ECLAMPSIA

(At Study PMB Maulidawati, S.ST Tengket Arosbaya, Kab. Bangkalan)

Qurrota A'yun. Novi Anggraeni, S.SiT., M.PH

*email : qurrotaayun1418@gmail.com

ABSTRACT

Preeclampsia is one of the complications during pregnancy that can be influenced by the nutritional intake of pregnant women. This is because in the case of preeclampsia there is an increase in oxidant levels, especially fatty peroxides, oxidants/free radicals in the body have increased so that it exceeds the body's capacity to neutralize it which is referred to as oxidative stress and causes endothelial cell dysfunction. Fulfillment of the diet is a factor that needs to be considered in maintaining the health of the mother and fetus in the period of growth and development. In compiling a food menu, one needs to pay attention to a balanced menu and variety of dishes. Based on the reality in the field, Madura is geographically known as the salt island because it is the center of the salt industry so that Madurese people tend to like the salty taste. Analyzing the variation of the food menu consumed by pregnant women with the incidence of Pre-Eclampsia at PMB Maulidawati Tengket Arosbaya.

This study used an analytic survey with a cross-sectional approach. The dependent variable was preeclampsia in pregnant women, while the independent variable was a variety of food menus. The total population was 56 with a sample of 5 pregnant women and 5 pregnant women with preeclampsia who were taken by purposive sampling and univariate and bivariate data analysis.

The results of the study found that pregnant women who consumed a variety of unbalanced diets almost entirely experienced preeclampsia (93.1%) and pregnant women who consumed a variety of balanced diets did not suffer from preeclampsia (94.5%). Chi-Square obtained the value of $p = 0.000$ means the value of $p = (0.000)$. Thus, it can be concluded that H_0 was the same as H_a , which means that there was a relationship between variations in the food menu consumed by pregnant women with the incidence of preeclampsia.

Based on the results of the study, it is hoped that it can be used as input for further research. and midwives should provide counseling to pregnant women where consuming a variety of balanced and unbalanced diets affects the period of pregnancy.

Keywords: Pregnant mother, Food Menu Variations

PENDAHULUAN

Preeklamsia merupakan salah satu penyebab morbiditas dan mortalitas perinatal di Indonesia. Karena perawatan prenatal yang lebih baik di negara maju, jumlah kasus di negara berkembang lebih tinggi daripada di negara maju (Situmorang, 2016). Diet lengkap meliputi faktor-faktor yang memerlukan perhatian khusus untuk menjaga kesehatan ibu dan janin selama pertumbuhan dan perkembangan. Saat menyiapkan menu makanan, perhatian harus diberikan pada keseimbangan menu dan jenis hidangan yang disediakan. Menu yang ditawarkan mengandung berbagai bahan makanan dalam jumlah dan proporsi yang sesuai untuk memenuhi kebutuhan gizi ibu dan janin guna mempertahankan proses pertumbuhan somatik (Wachdani R. 2016).

Suryanis (2020) Kekurangan zat gizi makro dan zat gizi mikro dapat mencegah memburuknya kehamilan dan hasil kehamilan. Mikronutrien seperti vitamin C dan E, tembaga, magnesium, selenium dan seng merupakan antioksidan penting dalam semua tahap kehamilan, bertindak sebagai kofaktor enzim. Superoksida dismutase adalah enzim antioksidan yang mengandung seng dan tembaga. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa salah satu faktor penyebab preeklamsia adalah stres oksidatif, dan fungsi berbagai enzim dan faktor transkripsi membutuhkan seng sebagai antioksidan.

Secara geografis, Madura dikenal sebagai Pulau Garam karena merupakan pusat industri garam, sehingga orang Madura cenderung menyukai rasa asin.

Berdasarkan data yang di peroleh pada tanggal 25 Januari 2021 di PMB Maulidawati Tengket Arosbaya dari bulan September-Desember sebanyak 5 ibu hamil (10,41 %) yang mengalami Pre eklamsia dari 48 ibu hamil.

Menurut Hernawati (2020), asupan gizi pada ibu hamil merupakan salah satu penyebab terjadinya preeklamsia yang dapat meningkatkan faktor risiko yaitu kehamilan, kelainan pembuluh darah,

penyakit ginjal dan hipertensi selama kehamilan. pada kehamilan sebelumnya, obesitas, usia. faktor risiko, hipertrofi dan faktor nutrisi.

Dampak yang terjadi bila preeklamsia tidak segera ditangani dapat berdampak pada kejang bahkan menyebabkan sindrom HELLP (hemolisis, peningkatan enzim hati, penurunan jumlah trombosit), yang dapat berakibat fatal baik bagi ibu maupun janin (Hernawati 2020).

Menurut Anggasari (2018), salah satu solusi untuk menurunkan angka kejadian preeklamsia adalah dengan rutin memeriksakan ANC, istirahat yang cukup yaitu ibu tetap dapat melakukan aktivitas ringan sehari-hari, membatasi aktivitas berat dan suplementasi nutrisi yang optimal seperti kalsium dan vitamin D. Pemenuhan kebutuhan protein yang cukup yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perbaikan sel dan metabolisme lipid, serta untuk mempertahankan kenaikan berat badan yang berlebihan.

Metode

Desain pada penelitian ini menggunakan survei analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Jumlah populasi sebanyak adalah 56 dengan sampel 10 responden di PMB Maulidawati, S.ST Tengket Arosbaya Kab. Bangkalan. Instrumen dalam penelitian menggunakan kuesioner yaitu Variasi Menu Makanan Yang Dikonsumsi Ibu Hamil. Dalam mengumpulkan data menggunakan kuesioner variasi menu makanan yang dikonsumsi ibu hamil dengan jumlah 10 pertanyaan di PMB Maulidawati, S.ST Tengket Arosbaya Kab. Bangkalan pada bulan April 2021.

Hasil

Tabel 1 distribusi frekuensi berdasarkan karakteristik

Usia	Frekuensi	(%)
<25 Tahun	26	46.4
25-35 Tahun	30	53.6

Total	56	100
Pendidikan	Frekuensi	(%)
SD dan SMP	30	53.6
SMA dan Sederajat	22	39.3
Diploma dan PT	4	7.1
Total	56	100
Pekerjaan	Frekuensi	(%)
IRT	34	60.7
Swasta	19	33.9
Guru	1	1.8
PNS	2	3.6
Total	56	100

Tabel 2 distribusi frekuensi berdasarkan Variasi Menu Makanan dan Ibu Hamil Preeklamsia

Variasi menu makanan	Frekuensi	(%)
makanan tidak seimbang	29	51.8
makanan seimbang	27	48.2
Total	56	100.0
Ibu Hamil	Frekuensi	(%)
Preeklamsia	31	55.4
Tidak Preeklamsia	25	44.6
Total	56	100

Dari tabel 2 diatas didapatkan bahwa mengkonsumsi makanan dengan variasi menu seimbang (51.8%) dan ibu yang mengalami Preeklamsia dengan (55.4%).

Tabel 3 tabulasi silang hubungan pengetahuan dengan perawatan kaki pada pasien diabetes mellitus

		Ibu Hamil				Total	
		Preeklamsia		Tidak Preeklamsia			
		f	%	f	%	f	%
Variasi Menu Makanan	Tidak seimbang	2	93,1	2	6,9	29	100
	Seimbang	4	5,5	23	94,5	27	100
Total		3	55.4	25	44.6	56	100.
		1				0	

Uji Statistic *Chi Square*
 $\alpha = 0,000$
 $p = 0,000$

Pada tabel di atas didapatkan ibu hamil dengan konsumsi variasi menu makan tidak seimbang hampir seluruhnya mengalami preeklamsia. Sedangkan ibu hamil yang mengkonsumsi variasi menu makanan seimbang sebagian kecil tidak menderita preeklamsia.

Hasil analisis data menggunakan uji statistic *Chi Square* didapatkan nilai $p = 0,000$ yang berarti terdapat hubungan variasi menu makanan yang dikonsumsi ibu hamil dengan kejadian preeklamsia di PMB Maulidawati, S.ST Tengket Arosbaya Kab. Bangkalan.

PEMBAHASAN

a Variasi Menu Makanan pada Ibu Hamil

Berdasarkan tabel 4.5 didapatkan bahwa ibu hamil di PMB Maulidawati, S.ST Tengket Arosbaya Kab. Bangkalan mengkonsumsi makanan dengan variasi menu seimbang (51.8%). Sebagian besar dari ibu hamil yang sering mengkonsumsi makanan tidak seimbang berakibat terjadinya preeklamsia, makanan tidak seimbang berupa makanan tinggi garam, makanan tinggi lemak serta kafein. Sedangkan sebagian dari ibu hamil yang mengkonsumsi makanan seimbang berupa karbohidrat seperti nasi, jagung dan ubi, lauk pauk sumber protein, sayur dan buah-buahan serta pemenuhan mineral dalam tubuh tercukupi selama masa kehamilan.

Menurut Novirra (2018), menu makanan harus disiapkan untuk memenuhi kebutuhan nutrisi yang dibutuhkan selama kehamilan agar tidak menghambat pertumbuhan dan perkembangan janin dalam kandungan, hal ini merupakan hal yang sulit bagi orang awam yang kurang pengetahuan mengenai komposisi menu makanan yang sesuai kebutuhan gizi dan penyusunan menu makanan yang manual membutuhkan waktu cukup lama. Selain memenuhi kebutuhan gizi, biaya juga menjadi pertimbangan

dalam penyusunan menu makanan. Oleh karena itu diperlukan sistem untuk menyelesaikan masalah tersebut dengan makanan yang bervariasi dalam beberapa hari. Makronutrien adalah zat gizi yang mengandung kalori atau energi, karena karbohidrat, protein, dan lemak merupakan zat gizi yang dibutuhkan tubuh manusia dalam jumlah yang banyak. Mikronutrien adalah bahan makanan termasuk vitamin C dan E, tembaga, magnesium, selenium dan seng yang merupakan antioksidan yang sangat penting pada semua tahap kehamilan untuk bertindak sebagai kofaktor enzimatik. Hal ini didukung oleh tingkat pendidikan ibu hamil lebih dari setengah pendidikan SD dan SMP di PMB Maulidawati Tengket Arosbaya. Faktor pendidikan ibu hamil juga mempengaruhi terjadinya preeklampsia/eklampsia.

Preeklampsia/ eklampsia terjadi lebih sering pada wanita yang berpendidikan rendah dibandingkan dengan yang berpendidikan tinggi. Pengetahuan yang baik diharapkan akan meningkatkan tindakan seseorang untuk memeriksakan kehamilannya. Pengetahuan atau kognitif merupakan bidang yang sangat penting yang membentuk perilaku seseorang. (*overt behavior*) (Aryanti, 2015).

Mengonsumsi lebih dari satu jenis untuk setiap kelompok makanan (makanan pokok, lauk pauk, sayuran dan buah-buahan) setiap kali makan akan lebih baik. Dalam penelitian diatas menunjukkan bahwa setengah ibu hamil di PMB Maulidawati, S.ST mengonsumsi variasi menu makanan yang tidak seimbang berupa makanan tinggi garam, tinggi kalori serta kafein.

b Kejadian Preeklamsia

Berdasarkan tabel 4.4 didapatkan bahwa Ibu Hamil di PMB Maulidawati, S.ST Tengket Arosbaya Kab. Bangkalan mengalami

Preeklamsia dengan persentase (55.4%). Dari Dalam hal ini sebagian besar ibu hamil mengalami preeklamsia dari beberapa gejala seperti dari hipertensi, edema dan proteinuria. Dari hasil penelitian yang didapatkan ibu dengan preeklamsia mempunyai karakteristik ibu primigravida, obesitas, serta ibu yang punya riwayat hipertensi.

Pada primigravida atau ibu yang pertama kali hamil sering mengalami stress yang terjadi akibat peningkatan pelepasan *corticotropic-releasing hormone* (CRH) oleh hipotalamus, yang kemudian menyebabkan peningkatan kortisol yang mempersiapkan tubuh untuk merespon terhadap semua *stressor* dengan meningkatkan respons simpatis, Termasuk dalam respon yang bertujuan untuk meningkatkan curah jantung dan menjaga tekanan darah (Nur F., 2017).

Hubungan obesitas dan hipertensi dalam kehamilan telah diketahui sejak lama dan kedua keadaan ini sering dikaitkan dengan peningkatan risiko penyakit *kardiovaskular*. Timbulnya resistensi terhadap leptin yang merupakan akar penyebab terjadinya perubahan hormonal, metabolik, neurologis dan hemodinamik yang berujung pada hipertensi dan obesitas (Nur F., 2017).

Menurut (Nur F., 2017) Kunjungan Kehamilan/ANC (Antenatal Management) merupakan salah satu pencegahan dini preeklamsia. Data dan informasi awal terkait tekanan darah sebelum kehamilan sangat membantu tenaga medis untuk membedakan antara hipertensi kronis dan preeklamsia.

c Hubungan variasi menu makanan yang dikonsumsi dengan kejadian preeklamsia

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu hamil yang

mengonsumsi variasi menu makanan tidak seimbang hampir seluruhnya mengalami preeklamsia (93.1%). Sedangkan ibu hamil yang mengonsumsi variasi menu makanan seimbang sebagian kecil tidak menderita preeklamsia (94.5%).

Dari hasil uji statistic *Spearman Rank* diperoleh nilai $p = 0,000$ nilai $p = < \alpha (0,000)$ yang berarti terdapat hubungan variasi menu makanan yang dikonsumsi ibu hamil dengan kejadian preeklamsia di PMB Maulidawati Tengket, Arosbaya Kab. Bangkalan.

Berdasarkan permasalahan di atas diperlukan penyusunan menu makanan yang sesuai bagi ibu hamil dengan memperhatikan kondisi tekanan darah dan janin dalam kandungannya. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa variasi menu makanan yang dikonsumsi ibu hamil berpengaruh dengan kejadian preeklamsia. Maka dari hasil uji hubungan bisa disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara variasi menu makanan yang dikonsumsi ibu hamil dengan kejadian preeklamsia. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi ibu tidak memenuhi kebutuhan menu makanan dengan baik maka angka kejadian dapat bertambah. Dalam penyusunan menu makanan tersebut harus memenuhi kebutuhan gizi yang diperlukan ibu hamil agar pertumbuhan dan perkembangan janin dalam kandungannya tidak terhambat. Mengonsumsi lebih dari satu jenis untuk setiap kelompok makanan (makanan pokok, lauk pauk, sayuran dan buah-buahan) setiap kali makan akan lebih baik. Dikarenakan beberapa ibu hamil dengan preeklamsia mengalami kurang asupan nutrisi buah-buahan dan sayur-sayuran yang mengandung antioksidan tinggi.

Kesimpulan

Dapat dibuat kesimpulan dari hasil penelitian bahwa terdapat hubungan variasi menu makanan yang dikonsumsi ibu hamil dengan kejadian preeklamsia di PMB Maulidawati Tengket Arosbaya, Kab. Bangkalan.

Referensi

- Anggasari Y., (2018). *Pengaruh Status Gizi dengan Kejadian Preeklamsia Ibu Hamil TM III*. Surabaya : Universitas Nahdlatul Ulama.
- Aryanti, (2019). *Jurnal Penelitian Gambran Pengetahuan Ibu Hamil tentang Preeklamsia*. STIKes Indramayu.
- Hernawati E., 2020. *Jurnal Kejadian Preeklamsia berdasarkan Pola Makan dan Angka Kecukupan Gizi Ibu Hamil*. Bandung : Jurnal Soshum Insentif.
- Novirra, 2018. *Jurnal Penelitian Optimasi Asupan Makanan Harian Ibu Hamil Penderita Hipertensi Menggunakan Algoritme Genetika*. Malang : Jurnal Pengembangan Teknologi Informasi dan Ilmu Komputer.
- Nur F., 2017. *Jurnal Penelitian Faktor Resiko Kejadian Pre-eklamsia pada Ibu Hamil*. Palu : Jurnal Kesehatan Tadulako Vol. 3 No. 2.
- Sitomurang, 2016. *Jurnal Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Pre-Eklamsia pada Ibu Hamil di Poli KIA*. Palu : Jurnal Kesehatan Tadulako Vol. 2 No. 1.
- Suryanis, I. (2020). *Prediktor Preeklamsia Berat ditinjau dari Kadar Zick Rambut, Tekanan Darah, Protein*

Urine dan Berat Badan. Jurnal
Kebidana : Universitas
Baiturrahman

Wachdani R., 2016. *Jurnal Penelitian Pengatur Pola Menu Makanan dalam Pencapaian Gizi.* Malang : Program Studi Teknik Informatika.

