

ARTIKEL PENELITIAN Original Research

Hubungan Perilaku Konsumsi Nutrisi dengan Kejadian Kurang Energi Kronik pada Ibu Hamil di Puskesmas Tamanan

Nutritional Consumption Behavior and Chronic Energy Deficiency Among Pregnant Women in Tamanan Community Health Center

Indriyani Puspitasari^{1*}, Awatiful Azza², Ayesie Natasa Zulka³

^{1,2,3}Department of Nursing, Universitas Muhammadiyah Jember, Jember, Indonesia

*Penulis korespondensi: indriyanipp11@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.31983/jlk.v7i2.15334>

INFO ARTIKEL

Article Info

Riwayat artikel:

Disubmit: 24-06-2026

Direvisi: 15-10-2026

Diterima: 20-10-2026

Kata kunci:

ibu hamil; KEK; perilaku konsumsi nutrisi

Keywords:

pregnant women; chronic energy deficiency; nutritional consumption behavior

ABSTRAK

Latar belakang: Kurang Energi Kronik (KEK) pada ibu hamil masih menjadi masalah gizi yang berpotensi menimbulkan dampak negatif bagi ibu maupun janin. Salah satu faktor yang berkaitan dengan kondisi tersebut adalah perilaku konsumsi nutrisi selama masa kehamilan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan perilaku konsumsi nutrisi dengan kejadian Kurang Energi Kronik (KEK) pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Tamanan.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian berjumlah 163 ibu hamil dengan jumlah sampel sebanyak 116 responden yang ditentukan melalui teknik *cluster random sampling*. Data perilaku konsumsi nutrisi diperoleh melalui kuesioner, sedangkan kejadian KEK diidentifikasi melalui pengukuran Lingkar Lengan Atas (LILA). Analisis data menggunakan uji *Spearman Rank* dengan tingkat signifikansi $\alpha \leq 0,05$.

Hasil: Sebagian besar ibu hamil memiliki perilaku konsumsi nutrisi kategori baik (61,2%) dan sebagian besar ibu hamil tidak mengalami KEK yaitu 99 orang (85,3%). Hasil analisis menunjukkan nilai signifikansi *p value* $< 0,001$ dengan koefisien korelasi sebesar -0,551.

Simpulan: Terdapat hubungan yang kuat dengan arah negatif antara perilaku konsumsi nutrisi dengan kejadian Kurang Energi Kronik (KEK) pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Tamanan.

ABSTRACT

Background: Chronic Energy Deficiency (CED) in pregnant women remains a nutritional problem that has the potential to negatively impact both the mother and the fetus. One factor associated with this condition is nutritional behavior during pregnancy.

Methods: This study aims to determine the relationship between nutritional consumption behavior and the incidence of Chronic Energy Deficiency (CED) in pregnant women in the Tamanan Community Health Center working area. This study used a correlational design with a cross-sectional approach. The study population was 163 pregnant women with a sample of 116 respondents determined through cluster random sampling technique. Data on nutritional consumption behavior were obtained through questionnaires, while the incidence of CED was identified through measuring the Upper Arm Circumference (MUAC). Data analysis used the Spearman Rank test with a significance level of $\alpha \leq 0.05$.

Results: Most pregnant women had good nutritional consumption behavior (61.2%), most pregnant women did not experience CED, namely 99 women (85.3%). The analysis results showed a significance value (*p value*) < 0.001 with a correlation coefficient of -0.551.

Conclusion: There is a strong negative relationship between nutritional consumption behavior and the incidence of Chronic Energy Deficiency (CED) in pregnant women in the Tamanan Community Health Center work area.

Cara mengutip (APA 7): Puspitasari, I., Azza, A., & Zulka, A. N. (20XX). Hubungan perilaku konsumsi nutrisi dengan kejadian kurang energi kronik pada ibu hamil di Puskesmas Tamanan. *Jurnal Lintas Keperawatan, X(X)*, xx–xx. <https://doi.org/10.xxxxx/jlk.vXiX.xxxx>

Artikel akses terbuka di bawah lisensi Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International (CC BY-SA 4.0).

PENDAHULUAN

Kurang Energi Kronik (KEK) pada ibu hamil masih menjadi salah satu permasalahan gizi yang mendapat perhatian di Indonesia. KEK merupakan kondisi kekurangan energi dan zat gizi yang berlangsung dalam waktu lama sehingga kebutuhan energi tubuh tidak terpenuhi secara optimal (Hasibuan et al., 2024). Kondisi ini dapat mengganggu kesehatan ibu serta meningkatkan risiko terjadinya komplikasi kehamilan, persalinan prematur, bayi berat lahir rendah (BBLR), hingga gangguan pertumbuhan dan perkembangan janin. Status KEK pada ibu hamil umumnya ditentukan melalui pengukuran Lingkar Lengan Atas (LILA), dengan nilai <23,5 cm sebagai indikator risiko KEK (Trisnawati & Mokodompit, 2025).

Secara global, masalah gizi pada ibu hamil masih menjadi tantangan kesehatan masyarakat yang memerlukan perhatian serius. Di Indonesia, Data Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi KEK pada ibu hamil mencapai 17,3%. Meskipun Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan adanya penurunan menjadi 16,9%, angka tersebut masih berada di atas target nasional yang ditetapkan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia yaitu sebesar 10% pada tahun 2024 (Kemenkes RI, 2023). Di Provinsi Jawa Timur, prevalensi KEK pada ibu hamil tercatat sebesar 19,6%, yang menunjukkan bahwa masalah gizi ibu hamil masih menjadi perhatian penting dalam upaya peningkatan kesehatan ibu dan anak.

Di Kabupaten Bondowoso, data Dinas Kesehatan tahun 2024 menunjukkan bahwa dari 12.231 ibu hamil terdapat 1.616 ibu hamil (13,2%) yang mengalami KEK. Sementara itu, di wilayah kerja Puskesmas Tamanan tercatat 85 dari 422 ibu hamil (13,4%) mengalami KEK. Data tersebut menunjukkan bahwa KEK masih menjadi masalah kesehatan yang perlu mendapatkan perhatian dalam upaya peningkatan kesehatan ibu dan anak.

Terjadinya KEK pada ibu hamil dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain kondisi sosial ekonomi, tingkat pendidikan, usia kehamilan, akses pelayanan kesehatan, serta perilaku konsumsi nutrisi. Perilaku konsumsi nutrisi merupakan perilaku yang berkaitan dengan pengetahuan, sikap, dan tindakan individu dalam memenuhi kebutuhan nutrisi sehari-hari. Perilaku konsumsi nutrisi yang kurang baik dapat menyebabkan ketidakcukupan asupan energi dan

zat gizi selama kehamilan sehingga meningkatkan risiko terjadinya KEK (Marshall et al., 2022). Selain faktor ekonomi, kebiasaan makan yang tidak sesuai kebutuhan, kurangnya pemahaman mengenai nutrisi kehamilan, serta budaya pantang makanan juga dapat memengaruhi status gizi ibu hamil (Mangkuluhur et al., 2024).

Teori perilaku kesehatan Lawrence Green menjelaskan bahwa perilaku seseorang dipengaruhi oleh pengetahuan, sikap, dan tindakan yang dimiliki individu. Ibu hamil yang memiliki pengetahuan gizi yang baik cenderung memiliki sikap positif terhadap pemenuhan nutrisi dan lebih mampu menerapkan pola makan yang sesuai dengan kebutuhan selama kehamilan (Setyowati et al., 2024). Sebaliknya, rendahnya pengetahuan dan sikap yang kurang tepat dapat memengaruhi tindakan ibu dalam memilih serta mengonsumsi makanan bergizi sehingga berpotensi meningkatkan risiko KEK. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa rendahnya pengetahuan gizi, kurangnya kunjungan *antenatal care* (ANC), dan kebiasaan makan yang tidak sesuai kebutuhan merupakan faktor yang berhubungan dengan meningkatnya kejadian KEK pada ibu hamil (Wahab et al., 2024).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di wilayah kerja Puskesmas Tamanan, masih ditemukan ibu hamil yang belum memahami kebutuhan nutrisi selama kehamilan, kurang mengonsumsi makanan bergizi, serta masih dipengaruhi oleh budaya pantang makanan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa perilaku konsumsi nutrisi masih menjadi faktor yang perlu mendapat perhatian dalam upaya pencegahan KEK. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis hubungan perilaku konsumsi nutrisi dengan kejadian Kurang Energi Kronik (KEK) pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Tamanan Bondowoso sebagai dasar dalam penyusunan program edukasi gizi dan intervensi kesehatan yang lebih efektif.

METODE

Desain, Lokasi, dan Waktu Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasional dan desain *cross-sectional*. Penelitian dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Tamanan, Bondowoso, pada bulan Mei 2026.

Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling

Populasi penelitian adalah seluruh ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Tamanan sebanyak 163 orang. Berdasarkan perhitungan menggunakan rumus Slovin, diperoleh sampel sebanyak 116 responden. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *cluster random sampling*, dengan pengelompokan responden berdasarkan wilayah desa, kemudian dilakukan pengambilan sampel secara acak menggunakan metode undian sesuai jumlah sampel yang telah ditentukan pada masing-masing desa.

Instrumen dan Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner perilaku konsumsi nutrisi yang meliputi aspek pengetahuan, sikap, dan tindakan, serta pengukuran Lingkar Lengan Atas (LILA) untuk menentukan kejadian Kurang Energi Kronik (KEK).

Analisis Data

Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat, dengan menggunakan uji *Spearman Rank* untuk mengetahui hubungan antara perilaku konsumsi nutrisi dengan kejadian KEK pada ibu hamil. Seluruh data diolah menggunakan program SPSS.

HASIL

Karakteristik Responden

Data umum berisikan karakteristik responden dalam penelitian ini, yang meliputi nama responden (inisial), usia ibu hamil, usia kehamilan, pendidikan terakhir ibu, pekerjaan ibu, frekuensi *antenatal care*, berat badan ibu saat ini, serta pendapatan keluarga. Penyajian data ini bertujuan untuk memberikan gambaran umum kondisi responden dan menjadi dasar analisis lebih lanjut terhadap hubungan masing-masing variabel dengan kejadian KEK. Distribusi responden berdasarkan variabel tersebut dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Ibu Hamil pada Bulan Mei di Wilayah Kerja Puskesmas Tamanan (n = 116)

Variabel	n	%
Usia ibu		
<20 tahun	5	4,3
20–35 tahun	105	90,5
>35 tahun	6	5,2
Usia kehamilan		
Trimester I	5	4,3
Trimester II	61	52,6
Trimester III	50	43,1

Variabel	n	%
Pendidikan terakhir		
SD	18	15,5
SMP	42	36,2
SMA	50	43,1
S1/D3	6	5,2
Pekerjaan		
Ibu rumah tangga	98	84,5
Pedagang	12	10,3
Pegawai	6	5,2
Frekuensi kunjungan ANC		
Tidak pernah	4	3,4
1–3 kali	70	60,3
4–5 kali	30	25,9
>6 kali	12	10,3
Berat badan		
<45 kg	14	12,1
45–55 kg	42	36,2
56–65 kg	51	44,0
>65 kg	9	7,8
Pendapatan keluarga		
<Rp1.000.000	79	68,1
Rp1.000.000–Rp2.000.000	37	31,9

Berdasarkan Tabel 1, mayoritas ibu hamil berada pada rentang usia 20-35 tahun sebanyak 105 orang (90,5%) yang termasuk dalam usia reproduksi sehat. Ibu hamil pada usia reproduksi sehat umumnya memiliki kematangan berpikir yang lebih baik dalam menerima informasi kesehatan dan menerapkan perilaku yang mendukung pemenuhan kebutuhan nutrisi selama kehamilan (Nuradhiani, 2022).

Usia kehamilan, sebagian besar responden berada pada trimester II sebanyak 61 ibu hamil (52,6%), pada trimester ini kebutuhan energi dan zat gizi mulai meningkat seiring pertumbuhan janin.

Frekuensi tingkat Pendidikan, mayoritas ibu hamil memiliki pendidikan terakhir SMA sebanyak 50 orang (43,1%). Pendidikan dasar (SD) sebanyak 18 orang (15,5%). SMP sebanyak 42 orang (36,2%), sedangkan S1/D3 sebanyak 6 orang (5,2%). Tingkat pendidikan yang lebih tinggi dapat mempermudah ibu hamil dalam menerima, memahami dan menerapkan informasi mengenai pemenuhan nutrisi selama kehamilan (Yusran et al., 2024).

Berdasarkan pekerjaan, jumlah terbanyak responden merupakan ibu rumah tangga, yaitu sebanyak 98 orang (84,5%). Ibu rumah tangga memiliki waktu yang relatif lebih banyak untuk

mengatur pola makan, memilih makanan serta menyiapkan makanan yang sesuai dengan kebutuhan nutrisi selama kehamilan. Kondisi ini dapat mendukung terbentuknya perilaku konsumsi nutrisi yang baik sehingga kebutuhan energi dan zat gizi selama kehamilan mudah terpenuhi.

Frekuensi kunjungan *Antenatal Care* (ANC) menunjukkan mayoritas ibu hamil telah melakukan kunjungan ANC sebanyak 1-3 kali selama kehamilan sebanyak 70 ibu hamil (60,3%). Kunjungan ANC berperan penting sebagai sarana pemantauan Kesehatan ibu dan janin serta pemberian edukasi mengenai gizi kehamilan. Informasi yang diperoleh dapat meningkatkan pengetahuan ibu mengenai pentingnya pemenuhan nutrisi sehingga berkontribusi terhadap perilaku konsumsi nutrisi yang baik dan mengurangi terjadinya KEK (Siregar & Harefa, 2023).

Berdasarkan berat badan, sebagian besar ibu hamil memiliki berat badan pada rentang 56-65 kg sebanyak 51 ibu hamil (44,0%). Berat badan yang cukup selama kehamilan dapat mencerminkan status gizi yang baik serta menunjukkan adanya cadangan energi yang memadai untuk menunjang pertumbuhan janin. Kondisi ini dapat menjadi salah satu faktor yang mendukung rendahnya kejadian KEK pada ibu hamil (Susmita et al., 2022).

Berdasarkan pendapatan keluarga, mayoritas responden memiliki pendapatan < Rp.1.000.000 per bulan. Pendapatan keluarga merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi kemampuan dalam menyediakan pangan yang beragam dan bergizi.

Perilaku Konsumsi Nutrisi dan Kejadian KEK

Data khusus pada penelitian ini memuat informasi terkait perilaku konsumsi nutrisi dan kurang energi kronik pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Tamanan. Distribusi responden untuk masing-masing variabel disajikan pada Tabel 2, sedangkan hubungan antara variabel perilaku konsumsi nutrisi dan Kurang Energi Kronik (KEK) ditampilkan pada Tabel 3.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Perilaku Konsumsi Nutrisi dan Kejadian Kurang Energi Kronik (KEK) (n = 116)

Variabel	n	%
Perilaku konsumsi nutrisi		
Baik	71	61,2
Cukup	30	25,9
Kurang	15	12,9
Kurang energi kronik (KEK)		
KEK	17	14,7
Tidak KEK	99	85,3

Berdasarkan Tabel 2, mayoritas ibu hamil memiliki perilaku konsumsi nutrisi kategori baik yaitu sebanyak 71 responden (61,2%). Sementara itu, responden dengan perilaku konsumsi nutrisi kategori cukup sebanyak 30 responden (25,9%), dan kategori kurang sebanyak 15 responden (12,9%). Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil telah menerapkan perilaku konsumsi nutrisi yang baik selama masa kehamilan. Perilaku konsumsi nutrisi yang baik mencerminkan pengetahuan, sikap, dan tindakan yang mendukung pemenuhan kebutuhan gizi ibu hamil sehingga dapat membantu menjaga kesehatan ibu dan pertumbuhan janin.

Pada variabel Kurang Energi Kronik (KEK), mayoritas responden tidak mengalami KEK yaitu sebanyak 99 responden (85,3%), sedangkan responden yang mengalami KEK sebanyak 17 responden (14,7%). Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Tamanan memiliki status gizi yang baik berdasarkan pengukuran Lingkar Lengan Atas (LILA). Rendahnya kejadian KEK pada penelitian ini diduga berkaitan dengan perilaku konsumsi nutrisi yang sebagian besar berada pada kategori baik, sehingga kebutuhan energi dan zat gizi selama kehamilan dapat terpenuhi dengan lebih optimal.

Hubungan Perilaku Konsumsi Nutrisi dengan Kejadian KEK

Tabel 3. Hubungan Perilaku Konsumsi Nutrisi dengan Kejadian Kurang Energi Kronik (KEK)

Variabel	Koefisien korelasi (r)	p-value
Perilaku konsumsi nutrisi dengan kejadian KEK	-0,551**	0,000

Keterangan: uji Spearman Rank; ** = korelasi bermakna.

Berdasarkan Tabel 3, hasil uji *Spearman rho* ditemukan nilai signifikansi (p value) sebesar $0,000 < 0,05$ sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima. Hasil tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan antara perilaku konsumsi nutrisi dengan kejadian Kurang Energi Kronik (KEK) pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Tamanan. Nilai koefisien korelasi (r) sebesar -0,551 menandakan bahwa hubungan yang sedang dengan arah hubungan negatif. Artinya, semakin baik perilaku konsumsi nutrisi ibu hamil maka semakin rendah kejadian KEK.

PEMBAHASAN

Perilaku Konsumsi Nutrisi

Berdasarkan temuan penelitian yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Tamanan, mayoritas ibu hamil memiliki perilaku konsumsi nutrisi dalam kategori baik dibandingkan kategori cukup maupun kurang. Hal ini menggambarkan bahwa sebagian ibu hamil telah memahami dengan baik terkait peran nutrisi selama kehamilan, menunjukkan sikap positif terhadap pentingnya pemenuhan gizi, serta menerapkan pola makan yang mendukung pemenuhan gizi ibu maupun janin. Penelitian yang dilakukan oleh Prasetyaningati & Rahmawati (2024) menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil memiliki perilaku konsumsi nutrisi yang baik. Penelitian lain oleh Utami et al. (2022) juga mengungkapkan mayoritas ibu memiliki pola konsumsi nutrisi yang baik karena adanya pengetahuan yang baik terkait kebutuhan gizi saat hamil.

Perilaku konsumsi nutrisi merupakan tindakan ibu hamil dalam mencukupi asupan gizi selama periode kehamilan. Menurut Lawrence Green, perilaku dipengaruhi oleh pengetahuan, sikap, dan tindakan. Pengetahuan yang memadai mengenai pentingnya nutrisi dapat terbentuknya sikap yang mendukung perilaku kesehatan, sehingga mendorong ibu hamil agar membiasakan pola asupan yang sesuai kebutuhan tubuh. Selain itu, perilaku konsumsi nutrisi juga dipengaruhi oleh ekonomi, kebiasaan budaya, tingkat pendidikan, dan pendapatan (Nuradhiani, 2022).

Salah satu faktor yang memengaruhi perilaku konsumsi nutrisi yaitu budaya. Berdasarkan hasil kuesioner penelitian, ditemukan bahwa sebagian ibu hamil memiliki kebiasaan pantang terhadap makanan tertentu selama kehamilan. Ibu hamil menghindari beberapa jenis makanan karena adanya kepercayaan keluarga maupun budaya yang berkembang di lingkungan masyarakat sekitar. Pantangan makanan tersebut dapat mempengaruhi pemenuhan kebutuhan nutrisi ibu selama hamil.

Qamariyah & Kariani (2025) menyatakan bahwa budaya dan kepercayaan dapat mempengaruhi perilaku konsumsi nutrisi ibu hamil. Pantangan makanan saat hamil dapat menyebabkan asupan zat gizi belum dapat terpenuhi secara maksimal sehingga risiko masalah gizi selama kehamilan menjadi lebih tinggi.

Selain faktor budaya, temuan penelitian juga mengindikasikan bahwa jenjang pendidikan ibu hamil turut berpengaruh perilaku konsumsi nutrisi. Mayoritas responden ibu hamil dalam penelitian

ini pada umumnya memiliki riwayat pendidikan terakhir pada tingkat SMP. Tingkat pendidikan berkontribusi terhadap kemampuan ibu untuk menerima, memahami dan menerapkan informasi mengenai gizi selama kehamilan. Tingkat pendidikan yang lebih tinggi biasanya memiliki pemahaman yang baik dalam menentukan makanan bergizi dan menerapkan pola makan sehat dibandingkan ibu dengan pendidikan rendah (Yusran et al., 2024).

Perilaku konsumsi nutrisi memegang peranan yang sangat berkontribusi terhadap terpenuhinya kebutuhan gizi selama kehamilan. Kecukupan asupan nutrisi dan zat gizi yang terpenuhi sangat penting untuk menunjang perkembangan janin, menjaga kondisi kesehatan ibu, serta membantu proses perubahan metabolisme tubuh selama kehamilan. Apabila kebutuhan gizi tidak tercukupi, maka tubuh ibu akan memanfaatkan cadangan energi yang dimiliki untuk memenuhi kebutuhan selama kehamilan. Kondisi tersebut dapat menyebabkan penurunan status gizi ibu dan meningkatkan risiko terjadinya KEK. Perilaku konsumsi nutrisi ibu hamil juga dapat dipengaruhi oleh berbagai aspek seperti budaya pantang makanan, tingkat pendidikan, serta kondisi ekonomi keluarga yang berperan dalam kemampuan ibu untuk memenuhi kebutuhan gizinya.

Kurang Energi Kronik (KEK)

Berdasarkan hasil penelitian di wilayah kerja Puskesmas Tamanan, masih ditemukan ibu hamil yang mengalami Kurang Energi Kronik (KEK), walaupun mayoritas tidak mengalaminya. Temuan tersebut menunjukkan bahwa asupan energi dan zat gizi selama kehamilan belum tercapai pada seluruh ibu hamil.

KEK adalah keadaan yang muncul akibat defisiensi energi dan protein dalam periode waktu yang panjang, dengan indikator umum berupa Lingkar Lengan Atas (LILA) dibawah 23,5 cm. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, kehamilan menyebabkan peningkatan kebutuhan energi dan zat gizi yang berperan dalam menunjang proses pertumbuhan janin dan menjaga kesehatan ibu. Apabila asupan nutrisi tidak terpenuhi dalam jangka panjang memicu risiko terjadinya KEK (Kemenkes RI, 2023).

Kejadian KEK dipengaruhi oleh berbagai faktor antara lain rendahnya asupan makanan bergizi seimbang, kondisi sosial ekonomi keluarga, tingkat pendidikan, budaya pantang makan, serta optimalnya pemeriksaan kehamilan secara berkala. Kondisi KEK dapat mengakibatkan berbagai

gangguan kesehatan, seperti anemia, persalinan komplikasi, hingga berat badan lahir rendah (BBLR) (Mismawati et al., 2022).

Rizki et al. (2025) menjelaskan bahwa ketidakmampuan ibu hamil dalam mencukupi kebutuhan zat gizi secara optimal cenderung berisiko lebih tinggi mengalami KEK. Penelitian tersebut juga mengungkapkan bahwa kondisi ekonomi dan pendidikan berperan dalam menilai status gizi ibu hamil selama masa kehamilan. Pendidikan rendah dapat mempengaruhi pengetahuan ibu mengenai gizi, sedangkan keadaan ekonomi keluarga dapat berpengaruh kemampuan ibu dalam mencukupi kebutuhan makanan bergizi selama kehamilan.

Kejadian KEK masih ditemukan pada sebagian ibu hamil dalam penelitian ini, yang menandakan bahwa pemenuhan gizi selama kehamilan belum optimal. Kondisi tersebut dipengaruhi oleh keterbatasan ekonomi keluarga dan kurangnya pemahaman terkait pentingnya penyediaan zat gizi selama kehamilan. Dengan demikian, diperlukan upaya edukasi serta pendampingan yang lebih intensif terkait pentingnya pemenuhan gizi selama kehamilan.

Hubungan Perilaku Konsumsi Nutrisi dengan Kejadian Kurang Energi Kronik (KEK)

Hubungan antara perilaku konsumsi nutrisi dengan kejadian KEK pada ibu hamil. Ibu yang menerapkan perilaku konsumsi nutrisi baik umumnya memiliki status gizi yang lebih optimal tanpa mengalami KEK, sementara ibu dengan perilaku konsumsi nutrisi kurang baik lebih sering ditemukan KEK. uji *Spearman Rank* mengindikasikan bahwa hubungan yang kuat antara kedua variabel tersebut. Nilai korelasi yang negatif menggambarkan bahwa semakin baik perilaku konsumsi nutrisi ibu hamil, maka semakin rendah kejadian KEK.

Rostania et al. (2022) menyatakan adanya hubungan pola konsumsi makanan dengan KEK pada ibu hamil. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa ketidaktepatan dengan kebiasaan makan ibu hamil dapat meningkatkan terjadinya KEK karena asupan nutrisi dan zat gizi selama kehamilan kurang terpenuhi. Kondisi tersebut menyebabkan cadangan energi tubuh menurun sehingga status gizi ibu selama kehamilan menjadi kurang baik. Mariyatun et al. (2023) juga mengungkapkan bahwa pola konsumsi nutrisi berperan terhadap kejadian KEK pada ibu hamil. Pemenuhan asupan energi yang sesuai kebutuhan selama kehamilan berkontribusi dalam

mempertahankan status gizi ibu, sehingga risiko terjadinya KEK menjadi lebih rendah.

Hubungan antara perilaku konsumsi nutrisi dengan kejadian KEK pada ibu hamil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa perilaku konsumsi nutrisi selama masa kehamilan berperan penting dalam mempertahankan kondisi gizi ibu. Perilaku konsumsi nutrisi yang baik tidak hanya terlihat dari kemampuan ibu dalam memilih asupan makanan bergizi, tetapi juga melalui kebiasaan memenuhi kebutuhan zat gizi sesuai peningkatan kebutuhan selama kehamilan (Rafif et al., 2023). Ibu hamil dengan kebiasaan perilaku konsumsi nutrisi yang baik cenderung mengelola jenis makanan yang dikonsumsi, mencukupi kebutuhan gizi dan protein serta menjaga pola makan sehingga kebutuhan energi dapat terpenuhi dengan lebih optimal.

Perilaku konsumsi nutrisi yang kurang baik dapat menyebabkan asupan energi dan zat gizi yang diperoleh ibu belum memenuhi kebutuhan selama kehamilan. Kondisi tersebut dapat terjadi apabila ibu kurang memperhatikan pola makan, mengonsumsi makanan yang kurang beragam, atau tidak memenuhi kebutuhan nutrisi secara adekuat dalam jangka waktu lama. Defisiensi energi dan zat gizi yang terjadi secara kronis dapat mengganggu keseimbangan gizi ibu hamil sehingga meningkatkan kerentanan terhadap KEK (Rifki et al., 2022).

Perilaku konsumsi nutrisi yang baik dapat menyediakan kebutuhan energi dan zat gizi selama kehamilan. Selama kehamilan, kebutuhan zat gizi ibu bertambah untuk menunjang perkembangan janin, menjaga kesehatan ibu, serta membantu proses metabolisme tubuh (Mahendika et al., 2023). Apabila asupan energi dan zat gizi tidak tercukupi secara terus-menerus, ibu hamil memiliki peluang lebih besar mengalami KEK. Kondisi tersebut dapat menimbulkan berbagai dampak, seperti terjadinya anemia, terganggunya pertumbuhan janin, meningkatnya risiko persalinan prematur, serta risiko bayi lahir dengan berat badan rendah.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kejadian KEK masih ditemukan pada ibu hamil dengan perilaku konsumsi nutrisi yang baik. Hal tersebut mengindikasikan bahwa kejadian KEK tidak hanya berkaitan dengan perilaku konsumsi nutrisi saat ini, tetapi juga berkaitan dengan berbagai faktor lain seperti status gizi sebelum kehamilan, pola makan, serta kondisi sosial ekonomi keluarga. Sebaliknya, beberapa ibu hamil tidak mengalami KEK meskipun perilaku konsumsi nutrisinya tergolong cukup atau kurang. Kondisi ini dapat

terjadi karena ibu telah memiliki cadangan gizi yang masih memadai sebelum hamil atau memperoleh dukungan keluarga yang baik dalam mencukupi kebutuhan nutrisi selama kehamilan.

Dengan demikian, disimpulkan bahwa status gizi ibu hamil dapat dipertahankan melalui perilaku konsumsi nutrisi yang baik. Ibu hamil yang mampu mengatur kebiasaan makan yang sesuai dengan kebutuhan selama kehamilan cenderung memiliki risiko KEK yang lebih rendah dibandingkan ibu hamil dengan perilaku konsumsi nutrisi yang kurang baik. Sebaliknya, ibu hamil dengan perilaku konsumsi nutrisi yang kurang baik berisiko mengalami KEK selama kehamilan karena kebutuhan energi dan zat gizi tubuh tidak terpenuhi secara optimal.

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan terhadap 116 responden mengenai hubungan perilaku konsumsi nutrisi dengan kejadian kurang energi kronik (KEK) pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Tamanan, sebagian besar ibu hamil memiliki perilaku konsumsi nutrisi kategori baik dan sebagian besar tidak mengalami KEK, meskipun masih ditemukan beberapa ibu hamil yang mengalami KEK. Terdapat hubungan antara perilaku konsumsi nutrisi dengan kejadian KEK, yang dibuktikan melalui uji *Spearman Rank Correlation* dengan nilai signifikansi (p -value) $< 0,05$ sehingga H_a diterima dan H_0 ditolak.

KONFLIK KEPENTINGAN

Tidak ada

PENDANAAN

Penelitian ini tidak menerima pendanaan dari pihak mana pun.

PERNYATAAN PENGGUNAAN AI

Penyusunan artikel ini tidak menggunakan AI.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh responden yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini.

KONTRIBUSI PENULIS

IP: konseptualisasi, metodologi, analisis data, penulisan draf awal; AA: *resources* dan visualisasi; ANZ: manajemen dan supervise. Seluruh penulis telah membaca dan menyetujui naskah akhir.

KETERSEDIAAN DATA

Semua data yang mendukung temuan penelitian ini tersedia dari penulis korespondensi atas permintaan yang wajar.

REFERENSI

- Hasibuan, B. S., Dasatjipta, G., Lubis, B. M., & Sanny, S. (2024). Determinants of Chronic Energy Deficiency (CED) Incidence in Pregnant Women: A Cross-sectional Study in Banyumas, Indonesia. *Narra J*, 5–12.
- Kemenkes RI. (2023). *Profil Kesehatan Indonesia 2023*.
- Mahendika, D., Yuliani, M., & Ivantarina, D. (2023). Hubungan Asupan Energi Dan Pengetahuan Gizi Dengan Kejadian Kurang Energi Kronis (Kek) Pada Ibu Hamil. 7, 16368–16375.
- Mangkuluhur, A., Azza, A., & Kholifah, S. (2024). Hubungan Perilaku Konsumsi Nutrisi dengan Kejadian Preeklampsia. *Journal of Health Research Science*.
- Mariyatun, Herdiana, H., & Rini, A. (2023). Hubungan Pola Nutrisi, Sikap Dan Dukungan Keluarga Terhadap Kejadian Kek Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Simpang Teritip Tahun 2023. 2(10), 4131–4142.
- Marshall, N., Abrams, B., Barbour, L., Catalano, P., Christian, P., Friedman, J., Jr, W. W. H., Hernandez, T. L., Krebs, N. F., Oken, E., Purnell, J. Q., Roberts, J. M., Soltani, H., Wallace, J., & Thornburg, K. L. (2022). Expert Review The importance of nutrition in pregnancy and lactation : lifelong consequences. *The American Journal of Obstetrics & Gynecology*, 226(5), 607–632.
<https://doi.org/10.1016/j.ajog.2021.12.035>
- Mismawati, Hamidi, S., & Erlinwaati. (2022). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian kekurangan energi kronik (kek) pada ibu hamil di wilayah kerja puskesmas rimba melintang rokan hilir riau. 1(1), 56–61.
- Nuradhiani, A. (2022). Pola Konsumsi dan Pengetahuan Gizi pada Kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK) Ibu Hamil di Wilayah Perkotaan. 2, 35–38.
- Prasetyaningati, D., & Rahmawati, A. (2024). Hubungan Sikap Ibu Hamil tentang Kebutuhan Gizi dengan Perilaku Pemenuhan Nutrisi selama Kehamilan. 22(2), 181–192.
- Qamariyah, N. W., & Kariani, N. K. (2025). Kepercayaan Pantangan Makanan dan Keragaman Pangan dengan Kejadian KEK pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Talise.
- Rafif, N., Srirahayu, E., & Muzarofatus, D. (2023). Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Pola Konsumsi Dengan Status Gizi Ibu Hamil Di Wilayah Kerja

- Puskesmas Cerme. *Ghidza Media JOURNAL*, 5(1), 41–55.
- Rifki, M. A., Sitoayu, L., Gifari, N., Nuzrina, R., & Ronitawati, P. (2022). *Perbedaan asupan energi dan zat gizi makro berdasarkan kejadian risiko KEK pada ibu hamil*. 18(4), 181–187. <https://doi.org/10.22146/ijcn.33732>
- Rizki, S., Sari, E. P., Sari, I., & Anggraini, A. (2025). *Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Kurang Energi Kronis (Kek) Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Pembina Kota Palembang Tahun 2024*. 5(2), 410–418.
- Rostania, Yusuf, K., & Rate, S. (2022). *Hubungan pola makan dan status sosial ekonomi dengan kejadian kekurangan energi kronik * *. 17*, 73–80.
- Setyowati, D., Nurrahmania, A. P., Ummah, N. I., Prasasti, A. R., & Aditya, C. (2024). Behavior of pregnant women to improve oral health knowledge during pregnancy according to Lawrence Green theory in Pakis Public Health Service Area. *Indonesian Journal of Dental Medicine*, 7(1), 20–24.
- Siregar, N., & Harefa, M. (2023). Faktor yang berhubungan dengan kejadian kekurangan energi kronis pada ibu hamil di wilayah kerja puskesmas batunadua. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia*, 8(1), 41–47.
- Susmita, Sastri, N., & Devita, A. (2022). Analisis Risiko Kekurangan Energi Kronis (KEK) Pada Ibu Hamil. *Jurnal Promotif Prefentif*, 4(2), 116–123.
- Trisnawati, A., & Mokodompit, E. A. (2025). Hubungan Perilaku Gizi dan Sikap dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronik pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Wara Utara Kota Palopo. *Jurnal Riset Sains Dan Kesehatan Indonesia*, 2(1), 29–36. <https://doi.org/10.69930/jrski.v2i1.267>
- Utami, S., Setiawaty, E., & Vianti, D. (2022). *Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Kebutuhan Nutrisi Selama Masa Kehamilan Di Puskesmas Moyo Utara*. 130–135.
- Wahab, I., Fitriani, A., & Mawarni, S. (2024). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian kurang energi kronis (KEK) pada ibu hamil. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 8(1), 63–68.
- Yusran, M., Muzaffar, & Saipullah. (2024). *Hubungan Pengetahuan Sikap dan Tingkat Pendidikan Terhadap Kebutuhan Nutrisi Pada Ibu Hamil*. 7(3), 409–415.