KESEHATAN IBU HAMIL

KELOMPOK 5 :

1. Randi Surya Rannu (70200120070)
2. Juman Ahmad Taufik (70200120051)
3. Putri Nurmaeni (70200120027)
4. Cita Qanitah A.(70200120061)

Kesehatan Ibu Dan Anak

Nama : Randi Surya Rannu
Nim : 70200120070

Dampak

Dampak pada janin Kurang gizi pada ibu hamil dapat mempengaruhi proses pertumbuhan janin dan dapat menimbulkan keguguran, bayi lahir mati, kematian neonatal, cacat bawaan dan lahir dengan BBLR.¹ Pola makan yang kurang beragam, porsi makan yang kurang dan pantangan terhadap suatu makanan merupakan factor yang berpengaruh terhadap kejadian KEK.² Kejadian KEK dapat menunjang angka kematian Ibu di Indonesia. Status gizi ibu hamil buruk yaitu ibu hamil dengan KEK menyumbang kelahiran bayi BBLR (berat badan lahir rendah). Bayi dengan BBLR merupakan factor risiko mengalami stunting. Siklus tersebut akan selalu berputar jika tidak segera memutuskan rantai yang menghubungkan masalah tersebut.

Faktor-faktor

Faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi ibu hamil terdapat dua faktor yaitu faktor eksternal dan faktor internal, faktor eksternal diantaranya pendapatan, pekerjaan, pendidikan dan budaya. Faktor internal terdiri dari Usia, kondisi fisik dan Infeksi.⁴ Hasil yang di dapatkan dalam pengabdian ini sebagian besar pekerjaan ibu hamil adalah ibu rumah tangga sebesar (80,8%). Usia sebagian besar berada pada usia 20-35 tahun maka dimungkinkan karakteristik ibu hamil ini mempengaruhi pengetahuan tentang gizi ibu hamil.

Gejala

Mual muntah merupakan hal yang normal dan sering ditemukan dalam kehamilan terutama pada trimester pertama tetapi akan berubah tidak normal apabila mual muntah ini terjadi terus menerus dan berlebihan dengan frekuensi >10 kali sehari, sehingga dapat mengganggu keseimbangan gizi, cairan elektrolit tubuh

Hyperemesis Gravidarum terjadi diseluruh dunia dengan angka kejadian beragam, diseluruh kehamilan di swedia sebanyak 0,3%, di California sebanyak 0,5%, di Canada sebanyak 0,8%, di China 0,8%, di Norwegia sebesar 0,9%, di Pakistan 2,2% dan di Turki sebanyak 1,9%. Word Health Organizatition (WHO) menyatakan jumlah kejadian hyperemesis gravidarum mencapai 12,5% dari seluruh kejadian di dunia

Penyebab

Penyebab mual muntah ini bermacam-macam diantaranya adalah perubahan hormon dalam tubuh, seperti peningkatan hormon estrogen, dan dikeluarkannya Human Chorionik Gondothropine dalam serum. Pola makan yang buruk sebelum maupun seminggu awal kehamilan, kurang tidur atau kurang istirahat dan stres dapat memperberat rasa mual muntah. Beberapa hal yang dapat dilakukan untuk mengurangi rasa mual adalah misalnya dengan mengkonsumsi makanan seimbang, cukup bergerak dan cukup beristirahat. Oleh karena itu calon ibu diharapkan memiliki pengetahuan yang cukup mengenai mual agar ibu dapat menentukan sikap untuk mengatasi masalahnya pada awal kehamilan

Akibat meremehkan rasa mual dan muntah yang dirasakan wanita disaat kehamilan terbukti berkontribusi dalam meningkatkan ketegangan emosional, stress psikologi dan keterlambatan yang tidak semestinya dalam menemukan penanganan yang tepat, terutama menjadi patologis

Pendidikan Kesehatan mampu meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang gizi ibu hamil, hal ini dapat diketahui dari pengukuran pengetahuan sebelum dan sesudah di berikan pendidikan kesehatan. Harapannya ibu hamil tidak berhenti disini untuk menggali informasi, informasi bisa di dapatkan dari media cetak dan media elektronik atau mengikuti pendidikan kesehatan yang selanjutnya supaya status gizi terjaga dengan baik dan mampu mengurangi resiko tinggi kehamilannya.

Thanks!

CREDITS: This presentation template was created by Slidesgo, including icons by Flaticon, and infographics & images by Freepik.

KESEHATAN IBU HAMIL

PUTRI NURMAENI
70200120027

Bahaya Kekurangan Gizi

1. Pada Ibu Hamil.

Pada setiap tahap kehamilan, seorang ibu hamil membutuhkan makanan dengan kandungan zat-zat gizi yang berbeda dan disesuaikan dengan kondisi tubuh dan perkembangan janin. Tambahan makanan untuk ibu hamil dapat diberikan dengan cara meningkatkan baik kualitas maupun kuantitas makanan ibu hamil sehari-hari, bisa juga dengan memberikan tambahan formula khusus untuk ibu hamil. Apabila makanan selama hamil tidak tercukupi maka dapat mengakibatkan kekurangan gizi sehingga ibu hamil mengalami gangguan. Gizi kurang pada ibu hamil dapat menyebabkan risiko dan komplikasi pada ibu hamil, antara lain anemia, berat badan tidak bertambah secara normal dan terkena infeksi.

2. Pada janin

Untuk pertumbuhan janin yang baik diperlukan zat-zat makanan yang adekuat, dimana peranan plasenta besar artinya dalam transfer zat-zat makanan tersebut. Suplai zat-zat makanan ke janin yang sedang tumbuh tergantung pada jumlah darah ibu yang mengalir melalui plasenta dan zat-zat makanan yang diangkutnya. Gangguan suplai makanan dari ibu mempengaruhi proses pertumbuhan janin dan dapat menimbulkan keguguran (abortus), bayi lahir mati (kematian neonatal), cacat bawaan, lahir dengan berat badan lahir rendah (BBLR) (Prawiroharjo 2008 h 65).

Faktor Penyebab Ibu Hamil Kurang Energi Kronis

1. Faktor Pendapatan Keluarga

Masyarakat makin lama makin tumbuh dan kompleks. Sedikit sekali diantara kita yang menanam makan kita sendiri. Banyak makanan yang harus dibeli dari pasar. Perilaku konsumsi makan merupakan refleksi dari interaksi antara faktor ekonomi dengan faktor sosial budaya. Faktor ekonomi berhubungan dengan tingkat pendapatan dan melahirkan daya beli seseorang atau sekelompok orang apabila tingkat pendapatan tersebut seimbang dengan jumlah anggota keluarga yang menjadi bebannya. Pendapatan keluarga dalam hal ini merupakan semua penghasilan atau permintaan dari semua anggota keluarga yang diperoleh baik yang berupa upah atau gaji, dan dapat dinilai dalam Tinggi > Rp.850.000,-, Sedang = Rp.450.000,- Rp.850.000,- dan Rendah < Rp.450.000,- (BPS, 2008)

2. Faktor Pendidikan Ibu

Pemilihan makanan dan kebiasaan diet dipengaruhi oleh pengetahuan, sikap terhadap makanan dan praktek-praktek pengetahuan tentang numakana melandasi pemilihan makanan.

Beberapa studi menunjukkan bahwa jika tingkat pendidikan dari ibu meningkat maka pengetahuan nutrisi dan praktik nutrisi bertambah baik. Usaha-usaha untuk memilih makanan yang bernilai nutrisi makin meningkat, ibu-ibu rumah tangga yang mempunyai pengetahuan nutrisi akan memilih makanan yang lebih bergizi dari pada yang kurang bergizi. Pendidikan ibu dalam penelitian ini di bagi dalam tingkatan dari SD, SMP, SMA/MA, dan S1 (Harahap 2002, h 48).

3. Faktor Umur Ibu

Melahirkan anak pada usia ibu yang muda atau terlalu tua mengakibatkan kualitas janin/anak yang rendah dan juga akan merugikan kesehatan ibu (Baliwati, 2004; h. 3). Pada ibu yang terlalu muda (kurang dari 20 tahun) dapat terjadi kompetisi makanan antara janin dan ibunya sendiri yang masih dalam masa pertumbuhan. Umur ibu dalam kehamilan yang sekarang diukur dengan umur yang ≤ 20 tahun, 21-35 tahun, > 35 tahun (Supariasa, 2002; h. 187).

4. Faktor Paritas

Paritas adalah berapa kali seorang ibu telah melahirkan. Dalam hal ini ibu dikatakan terlalu banyak melahirkan adalah lebih dari 3 kali. Untuk paritas yang paling baik adalah 2 kali. Jarak melahirkan yang terlalu dekat akan menyebabkan kualitas janin/anak yang rendah dan juga akan merugikan kesehatan ibu, ibu tidak memperoleh kesempatan untuk memperbaiki tubuhnya sendiri karena ibu memerlukan energi yang cukup untuk memulihkan keadaan setelah melahirkan anaknya. Berapa kali seorang ibu pernah melahirkan Bayi (paritas) diukur dalam Baik jika 2 kali, dan Buruk jika ≥ 3 kali (Baliwati, 2004; h. 3- 6).

5. Faktor Pola Konsumsi Makanan

Kurang Energi Kronis merupakan keadaan dimana seseorang menderita ketidak seimbangan asupan gizi (energi dan protein) yang berlangsung menahun terutama pada wanita usia subur termasuk remaja putri.

Upaya mencapai status gizi masyarakat yang baik atau optimal dimulai dengan penyediaan pangan yang cukup. Penyediaan pangan yang cukup diperoleh melalui produksi pangan dalam negeri yaitu upaya pertanian dalam menghasilkan bahan makanan pokok, lauk-pauk, sayur-sayuran, dan buah-buahan.

Jumlah pola konsumsi makanan selama 1 hari dalam makanan diukur dengan Baik jika makan dengan porsi 4 sehat 5 sempurna, Cukup jika hanya 4 sehat, dan kurang jika hanya nasi dan lauk saja (Almatsier, 2003; h.13 -15).

6. Faktor Riwayat Penyakit infeksi sebelum hamil

Riwayat Penyakit sebelum hamil dapat bertindak sebagai pemula terjadinya kurang gizi sebagai akibat menurunnya nafsu makan, adanya gangguan penyerapan dalam saluran pencernaan atau peningkatan kebutuhan zat gizi oleh adanya penyakit. Penyakit dapat memperburuk keadaan gizi dan keadaan gizi yang jelek dapat mempermudah penyakit yang umumnya terkait dengan masalah gizi antara lain diare, tuberculosis, lambung, tipis dan DM (Supariasa, 2002; h. 187).

Kesimpulan

1. Faktor penyebab ibu hamil kurang energi kronis, dari factor pendapatan sebagian besar ibu hamil berpendapatan sedang (Rp.450.000.- Rp.850.000.-) yang berjumlah 16 responden dengan prosentase 53,3%.
2. Faktor penyebab ibu hamil kurang energi kronis, dari factor Pendidikan ibu hamil yang Kekurangan Energi Kronis (KEK) sebagian besar adalah berpendidikan SMP yaitu 12 orang dengan prosentase 40%.
3. Faktor penyebab ibu hamil kurang energi kronis, dari factor Paritas ibu yang Kekurangan Energi Kronis sebagian besar adalah paritas baik (1-2 kali hamil) 23 ibu hamil prosentase 76,7%.
4. Faktor penyebab ibu hamil kurang energi kronis, dari Umur Kekurangan Energi Kronis sebagian besar adalah umur ibu antara 21 – 35 tahun dengan jumlah 27 ibu hamil yaitu 90%.
5. Faktor penyebab ibu hamil kurang energi kronis, dari Faktor Pola Konsumsi makan ibu yang Kekurangan Energi Kronis sebagian besar adalah pola konsumsi baik dengan jumlah 18 ibu hamil dan prosentase 60%.
6. Faktor penyebab ibu hamil kurang energi kronis dari.Faktor penyakit sebelum hamil sebagian besar tidak memiliki penyakit sebelum hamil 86,7%.

Daftar pustaka

1. Muliawati, S. (2013). Faktor Penyebab Ibu Hamil Kurang Energi Kronis di Puskesmas Sambu Kecamatan Sambu Kabupaten Boyolali Tahun 2012. Infokes: Jurnal Ilmiah Rekam Medis dan Informatika Kesehatan, 3(3).
2. Prawiroharjo, S. (2008). Ilmu Kebidanan. Jakarta: PT Bina Pustaka.
3. Badan Pusat Statistik RI. 2008. Rata-rata Upah Riil Per Bulan Buruh Tahun 2008.
4. Harahap, Heryudarini. (2002). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Risiko Kurang Energi Kronis (KEK) Pada Wanita Usia Subur (WUS). Bogor: Departemen Kesehatan Dan Kesejahteraan Sosial
5. Baliwati, Yayuk. (2004). Pengantar Pangan dan Gizi. Jakarta: Penebar Swadaya
6. Supriasa, I Dewa Nyoman. (2002). Penilaian Status Gizi. Jakarta: EGC Varney, Helen. (2001). Buku Saku Bidan. Jakarta: EGC
7. Almatsier, Sunita. (2001). Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama

TERIMA KASIH

KESEHATAN IBU HAMIL

CITA Q ANITAH A.
(70200120061)

Pola makan yang buruk sebelum maupun seminggu awal kehamilan, kurang tidur atau kurang istirahat dan stres dapat memperberat rasa mual muntah. Beberapa hal yang dapat dilakukan untuk mengurangi rasa mual adalah misalnya dengan mengonsumsi makanan seimbang, cukup bergerak dan cukup beristirahat. Oleh karena itu calon ibu diharapkan memiliki pengetahuan yang cukup mengenai mual agar ibu dapat menentukan sikap untuk mengatasi masalahnya pada awal kehamilan (Puji Nur

Hasanah, 2017).

Gizi ibu hamil merupakan nutrisi yang diperlukan dalam jumlah yang banyak untuk pemenuhan gizi ibu sendiri dan perkembangan janin yang dikandungnya (Bobak, dkk, 2005). (PPT)

Status gizi ibu hamil dipengaruhi oleh :

**Keadaan sosial
ekonomi**

**keadaan kesehatan
ibu hamil selama
kehamilan**

The background is a solid yellow color. It features several white brushstrokes: two horizontal ones near the top, two horizontal ones near the bottom, and a curved one in the bottom left corner. There are also some small blue and red brushstrokes in the top right and bottom left corners.

Apa yang harus diperhatikan oleh Ibu Hamil ?

Beberapa hal yang perlu diperhatikan ibu hamil agar kebutuhan gizi bayi dapat terpenuhi dengan sempurna :

- 1.Makan lebih banyak (dua porsi) dan beraneka ragam lauk pauk, sayur dan buah.
- 2.Tidak merokok
- 3.Tidak minum minuman beralkohol
- 4.Tidak makan mie instan sebagai makanan pokok
- 5.Tidak minum obat tanpa resep dokter
- 6.Mengikuti kelas hamil
- 7.Melakukan perawatan payudara untuk persiapan menyusui
- 8.Melakukan pemeriksaan kehamilan dan merencanakan persalinan dengan petugas kesehatan

DAFTAR PUSTAKA

1. Ibrahim, I. A., Syahrir, S., & Anggriati, T. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Hyperemesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Di RSUD Syekh Yusuf Tahun 2019. *Al GIZZAI: PUBLIC HEALTH NUTRITION JOURNAL*, 1(2), 59-70.
2. Ernawati, A. (2018). Hubungan Usia Dan Status Pekerjaan Ibu Dengan Kejadian Kurang Energi Kronis Pada Ibu Hamil. *Jurnal Litbang: Media Informasi Penelitian, Pengembangan dan IPTEK*, 14(1), 27-37.
3. Goni, A. P., Laoh, J. M., & Pangemanan, D. H. (2013). Hubungan pengetahuan dan sikap ibu hamil dengan status gizi selama kehamilan di puskesmas Bahu kota Manado. *Jurnal Keperawatan*, 1(1).

Thank You !

_KESEHATAN IBU HAMIL

KESEHATAN IBU HAMIL

JUMAN AHMAD TAUFIK (70200120051)

Kehamilan dan persalinan adalah suatu hal yang alami akan tetapi bukan berarti tanpa resiko, masalah kehamilan dan persalinan adalah penyumbang terbesar Angka Kematian Ibu dan Angka Kematian Bayi. Kesehatan Ibu dan Anak menjadi target dalam tujuan pembangunan millenium (MDG's), tepatnya pada tujuan 4 dan 5 yaitu menurunkan angka kematian anak dan meningkatkan kesehatan ibu. Word Health Organizatition (WHO) menyatakan bahwa perempuan mengandung selama mengandung atau melahirkan sebanyak 585.000 orang. Sedangkan kematian ibu hamil akibat kelahiran atau akibat masalah persalinan sebanyak 99%. Rasio kematian ibu sendiri, jika dibandingkan sekitar 450 kematian ibu per 100 ribu kelahiran bayi yang hidup berada di negara- negara yang berkembang. Di Indonesia sendiri ibu hamil yang mengalami Hyperemesis Gravidarum mencapai 14,8% dan di Sulawesi Selatan mencapai 17,2% didapat dari kunjungan pemeriksa kehamilan ibu hamil (Depkes RI, 2013).

Hal Yang Mempengaruhi Kesehatan Ibu Hamil

01 Pengetahuan

Pengetahuan dapat mempengaruhi sikap dalam menghadapi komplikasi kesehatan pada saat kehamilan. Rendahnya pengetahuan seseorang makin rendah pula ibu hamil dalam menerima informasi.

02 Sikap

Sikap merupakan predisposisi emosional yang dipelajari untuk merespon secara konsisten terhadap suatu objek. Sikap ibu hamil dalam hal ini adalah cara ibu hamil menanggapi suatu kejadian yang akan terjadi.

03 Dukungan Suami

Selama kehamilan dukungan keluarga sangat dibutuhkan terutama kehadiran seorang suami. Tugas suami selain memberikan nafkah, mengingatkan waktu makan, suami juga memberikan kenyamanan dan membina hubungan baik dengan ibu hamil

Faktor Yang Berhubungan dengan Kesiapan Psikologis Ibu Hamil

Selama kehamilan kebanyakan wanita mengalami perubahan psikologis dan emosional. Perubahan fisik dan emosional yang kompleks, memerlukan adaptasi terhadap penyesuaian pola hidup dengan proses kehamilan yang terjadi.

Faktor psikologis yang berpengaruh dalam kehamilan dapat berasal dari dalam diri ibu hamil (internal) dan dapat juga berasal dari faktor luar diri ibu hamil. Faktor psikologis yang mempengaruhi kehamilan berasal dari dalam diri ibu dapat berupa latar belakang kepribadian ibu dan pengaruh perubahan hormonal yang terjadi selama kehamilan. Faktor psikologis yang berasal dari luar diri ibu dapat berupa pengalaman Ibu, kecemasan dan gangguan emosi, dukungan keluarga, dan dukungan suami. (Elvina, 2018)

DAFTAR PUSTAKA

1. Depkes RI, 2013.
2. Ibrahim, I. A., Syahrir, S., & Anggriati, T. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Hyperemesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Di RSUD Syekh Yusuf Tahun 2019. *AI GIZZAI: PUBLIC HEALTH NUTRITION JOURNAL*, 1(2), 59-70.
3. Elvina, L., ZA, R. N., & Rosdiana, E. (2018). Faktor Yang Berhubungan dengan Kesiapan Psikologis Ibu Hamil Trimester III dalam Menghadapi Persalinan. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 4(2), 176-184.

Thank You

Dunia Sementara, Akhirat Selama-lamanya