

ANALISIS POLA MAKAN TERHADAP KEJADIAN PREEKLAMPSIA PADA IBU HAMIL DI PUSKESMAS ANTANG MAKASSAR

Astuti^{1*}, Asrida², Syahridayanti³, Kartika Asli⁴

Universitas Cokroaminoto Makassar^{1,2,3}, STIKES Yahya Bima⁴

*Corresponding Author : astutiaja19@gmail.com

ABSTRAK

Pada kondisi preeklampsia, pembuluh darah di plasenta diduga tidak berkembang atau berfungsi dengan baik, sehingga aliran darah ke plasenta terbatas. Hal ini menyebabkan tekanan darah ibu naik dan menjadi tidak stabil. Salah satu factor yang mempengaruhi kejadian preeklampsia adalah kebiasaan makan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola makan dengan kejadian preeklampsia pada ibu hamil. Metode yang digunakan *cross sectional study* yaitu jenis penelitian yang menekankan waktu pengukuran atau observasi data variabel pola makan dan variabel kejadian preeklampsia pada ibu hamil. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil yang ingin memeriksa kehamilan di Puskesmas Antang. Sampel pada penelitian ini sebanyak 58 ibu bersalin dengan preeklampsia. Teknik penarikan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik Total Sampling dianalisis secara univariat dan bivariat dengan menggunakan uji *chi square* $\alpha=0,05$. Ada perilaku pola makan ibu hamil yang kurang baik dan berhubungan dengan kejadian preeklampsia. Pola makan kurang baik berhubungan dengan preeklampsia pada ibu hamil.

Kata kunci : ibu hamil, pola makan, preeklampsia

ABSTRACT

In preeclampsia, The blood vessels in the placenta are thought not to develop or function properly, so that blood flow to the placenta is limited. This causes the mother's blood pressure to rise and become unstable. One of the factors that influences the incidence of preeclampsia is eating habits. This study aims to determine the relationship between eating patterns and the incidence of preeclampsia in pregnant women. Method a cross-sectional study was used, namely a type of research that uses time pressure to measure to measure or observe data on eating pattern variables and preeclampsia incidence variables in pregnant women.. the population in this study were pregnant women who wanted to check their pregnancy at the Antang Health Center. The sample in this study was 58 mothers who gave birth with preeclampsia. The sampling technique in his study used the total sampling technique which was explained univariately and bivariately using the chi square test $\alpha=0,05$. There is poor eating behavior in pregnant women and is related to the incidence of preeclampsia. Poor eating patterns are related to preeclampsia in pregnant women.

Keywords : eating patterns, preeclampsia, pregnant women.

PENDAHULUAN

Menurut World Health Organization (WHO) Angka Kematian Ibu (AKI) di dunia adalah sebesar 289.000 pada tahun 2013. Tahun 2015 jumlah AKI mencapai 305 per 100.000 kelahiran hidup, Indonesia menduduki peringkat ke-10 di dunia dan peringkat ke-2 di ASEAN. Jumlah kematian ibu di Indonesia tahun 2020 mencapai 4.005 dan di tahun 2023 menjadi 4.129 kematian (KEMENKES. 2024). Banyak faktor yang menjadi penyebab tingginya AKI di Indonesia antara lain adalah perdarahan yang menjadi penyebab paling banyak kematian ibu di Indonesia. Penyebab lain AKI adalah hipertensi yang termasuk di dalamnya adalah preeklampsia. Di Indonesia preeklampsia dan eklamsi menempati urutan kedua dalam penyumbang angka kematian bagi ibu. Kejadian preeklampsia pada masa hamil masih tinggi dengan persentase sebesar 12% dari semua kematian ibu di dunia (Rohman *et. al.* 2015). Insiden preeklampsia di Indonesia sekitar 128.273/tahun atau sekitar 5,3-11% (Wulandari ES,

et. al. 2021). Preeklampsia merupakan komplikasi kehamilan yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah dan adanya protein dalam urine. Kondisi ini dapat terjadi pada ibu hamil setelah usia kehamilan 20 minggu dan bisa menetap hingga 2 bulan setelah persalinan (KEMKES. 2023). Penyebab preeklampsia belum diketahui, namun diduga disebabkan oleh gangguan pada plasenta. Plasenta adalah organ yang berfungsi menyalurkan darah dan nutrisi dari ibu ke janin. Pada kondisi preeklampsia, pembuluh darah di plasenta diduga tidak berkembang atau berfungsi dengan baik, sehingga aliran darah ke plasenta terbatas. Hal ini menyebabkan tekanan darah ibu naik dan menjadi tidak stabil. Menurut (Amalina, Kasoema and Mardiah, 2022), factor yang mempengaruhi kejadian preeklampsia adalah riwayat hipertensi, kebiasaan makan, paparan rokok, dan stress. Hermawati Erni dan Mirna Arianti (2020) dalam studinya mengemukakan bahwa Angka Kecukupan Gizi (AKG) yang kurang mempengaruhi terjadinya preeklamsi. Studi lain, (Mardianto, Darwis and Suhartatik, no date) mengemukakan bahwa pola makan berhubungan dengan kejadian hipertensi yang dalam kaitannya dapat berhubungan dengan preeklamsi, hal ini sejalan dengan studi Rafsanjani, T.M. et.al.(2019) bahwa pola makan berhubungan dengan kejadian hipertensi pada ibu hamil.

Pola makan adalah perilaku yang dapat mempengaruhi keadaan gizi seseorang. Hal ini disebabkan karena kuantitas dan kualitas makanan dan minuman yang dikonsumsi akan mempengaruhi asupan gizi sehingga mempengaruhi kesehatan individu dan masyarakat. Zaman sekarang terutama di kota besar sangat banyak jenis makanan yang mudah untuk didapat, seperti makanan cepat saji (*junk food*), makanan ringan tinggi natrium dan minuman manis. Hal ini jika dikonsumsi terlalu banyak dapat mempengaruhi kesehatan salah satunya tekanan darah. Makanan yang tinggi natrium terutama yang berasal dari makanan olahan dan *fast food*, dapat menyebabkan penurunan fleksibilitas pembuluh darah. Pembuluh darah yang kaku lebih sulit untuk mengatur tekanan darah dengan baik. Gula jika konsumsi terlalu banyak menyebabkan natrium tertahan lebih lama dalam tubuh sehingga meningkatkan volume darah yang menyebabkan peningkatan tekanan darah. Sedangkan lemak yang berlebih terutama lemak jenuh dan trans khususnya pada makanan *junk food* meningkatkan kadar LDL menyebabkan penumpukan plak di dinding pembuluh darah sehingga menyempitkan pembuluh darah dan membuat pembuluh darah menjadi kaku kemudian meningkatkan resistansi terhadap aliran darah yang berakhir pada peningkatan tekanan darah.

Kota Makassar adalah kota terbesar di Sulawesi Selatan, jumlah ibu hamil di Kota Makassar tahun 2021 29.634 jiwa sedangkan tahun 2022 meningkat menjadi 29.789 jiwa (KEMKES.2023). Puskesmas Antang merupakan salah satu fasilitas kesehatan tingkat pertama di Makassar, ibu hamil yang mengalami preeklamsi akan dirujuk ke fasilitas kesehatan memadai. Angka kehamilan di Makassar yang tinggi dan disertai dengan AKI Indonesia yang meningkat mendorong penulis menganalisis pola makan terhadap kejadian preeklamsi pada ibu hamil di Puskesmas Antang Makassar mengingat masih sangat sedikit informasi yang dipublish mengenai pola makan dengan preeklamsi.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola makan dengan kejadian preeklamsi pada ibu hamil.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah observasional analitik dengan rancangan *cross sectional study* yaitu jenis penelitian yang menekankan waktu pengukuran atau observasi data variabel pola makan dan variabel kejadian preeklamsi pada ibu hamil dilakukan pada kurun waktu yang sama. Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Antang. Yang dilaksanakan pada bulan September-November 2024. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil yang ingin memeriksa kehamilan di Puskesmas Antang. Sampel pada penelitian ini sebanyak 58 ibu bersalin dengan preeklampsia. Teknik penarikan sampel pada penelitian ini menggunakan

teknik Total Sampling. Variabel dependen pada penelitian ini adalah kejadian preeklampsia pada ibu bersalin seangkan variabel independent pada penelitian ini adalah pola makan. Data setiap variabel penelitian dikumpulkan melalui wawancara langsung dengan menggunakan kuesioner. Data selanjutnya dianalisis secara univariat dan bivariat dengan menggunakan uji chi square $\alpha=0,05$.

HASIL

Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Frkuensi Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase
Umur		
20-35 Tahun	38	65,5%
>35 tahun	20	34,4%
Tingkat Pendidikan		
Tamat SMP	4	6,9%
Tamat SMA	28	48,2%
Tamat PT (D3/S1/S2)	26	44,9%
Status Pekerjaan		
Bekerja	32	55,1%
Tidak Bekerja	26	44,9%
Total	58	100%

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa usia responden paling banyak pada usia 20-35 tahun yaitu 37 orang (65,5%) sedangkan usia > 35 tahun yaitu 2 orang (34,4%), tingkat pendidikan responden paling banyak tamat SMA yaitu 28 orang (48,2%) dan paling sedikit tamat SMP yaitu 4 (6,9%), status pekerjaan responden paling banyak adalah bekerja yaitu 32 orang (55,1%) dan paling sedikit tidak bekerja yaitu 26 orang (44,9%).

Tabel 2. Gambaran Pola Makan dengan Kejadian Preeklampsia pada Ibu Hamil

Variabel Penelitian	Karakteristik	Persentase
Kejadian Preeklampsia		
Preeklampsia	37	63,8%
Tidak Preeklampsia	21	36,2%
Pola Makan		
Baik	20	34,5%
Kurang Baik	38	65,5%
Total	58	100%

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa dari 58 responden diketahui ibu hamil yang mengalami preeklampsia sebanyak 37 Ibu hamil (63,8%) dan yang tidak preeklampsia sebanyak 21 ibu hamil (36,2%), dan terdapat 20 (34,5%) ibu hamil yang memiliki pola makan yang baik dan 38 orang ibu hamil (65,5%) yang memiliki pola makan kurang baik.

Analisis Bivariat

Tabel 3 menunjukkan dari 38 ibu hamil yang mempunyai pola makan kurang baik, terdapat 29 (50%) ibu hamil yang mengalami preeklampsia dan 9 (15,5%) ibu hamil yang tidak preeklampsia, sedangkan dari 20 ibu hamil yang mempunyai pola makan baik terdapat 8 (13,7%) ibu hamil yang mengalami preeklampsia dan 12 (20,7%) yang tidak preeklampsia. Hasil uji Chi-Square antara variabel pola makan dengan kejadian preeklampsia pada ibu hamil

diperoleh nilai p value = 0,006 ($p < 0,05$) maka (H_0 ditolak) yang artinya ada hubungan pola makan dengan preeklampsia pada ibu bersalin di Rumah Sakit Universitas Hasanuddin.

Tabel 3. Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Preeklampsia pada Ibu Hamil di Puskesmas Antang

Variabel		Kejadian Preeklampsia				Total	P
		Preeklampsia		Tidak Preeklampsia			
		N	%	n	%		
Pola makan kurang baik		29	50%	9	15,5%	38	0,006
Pola Makan Baik		8	13,7%	12	20,7%	20	
Total		37	63.8%	21	36.2%	58	

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan dari 58 responden diketahui sebagian besar responden berusia 20-35 tahun yaitu sebanyak 38 ibu hamil (65,5%). Umur merupakan salah satu faktor penting dalam mempengaruhi kesehatan seseorang, Semakin tua umur maka akan di iringi juga dengan penurunan fungsi dari organ-organ dalam tubuh. Namun, pada penelitian ini usia 20-35 tahun merupakan usia produktif yang seharusnya tekanan darah dalam batas normal namun dari 58 responden terdapat 38 (65,5%) ibu hamil usia 20-35 tahun dan jumlah ibu hamil yang mengalami preeklamsia 37 (63,8%). Hal ini bertolak belakang dengan teori bahwa semakin tua umur maka akan beriringan dengan penurunan fungsi dari organ-organ dalam tubuh yang dapat memicu berbagai penyakit seperti preeklamsia. Menurut asumsi peneliti, dengan akses teknologi memudahkan ibu hamil usia produktif (20-35 tahun) mengenal berbagai jenis makanan atau jajanan masa kini sehingga keinginan mencoba sangat tinggi. Hal tersebut menjadi kebiasaan dan menjadi pola makan yang kurang baik sehingga preeklampsia pada ibu hamil.

Hasil penelitian menunjukkan dari 58 responden diketahui paling banyak responden berpendidikan SMA yaitu 28 ibu hamil (48,2%) dan urutan kedua ibu hamil lulus Perguruan Tinggi sebanyak 26 ibu hamil (44,9%). Tingkat pendidikan merupakan hal penting dalam mengetahui pemahaman responden mengenai pentingnya kesehatan salah satunya dalam pengendalian tekanan darah. Tingkat pendidikan seseorang dapat menjadi acuan utama dalam pengetahuan (Rafsanjani, et.al.2019). Dalam penelitian ini jumlah responden 58 ibu hamil sedangkan jumlah ibu hamil yang dianggap berpendidikan yaitu SMA dan perguruan tinggi sebanyak 54 ibu hamil (93,1%). Penelitian yang dilakukan di Rumah Sakit Universitas Hasanuddin menunjukkan bahwa tingkat pendidikan responden tidak berpengaruh terhadap perilaku ibu hamil dalam pengendalian preeklampsia.

Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Preeklampsia pada Ibu hamil

Preeklampsia merupakan keracunan kehamilan yang terjadi pada umur kehamilan di atas 20 minggu yang disertai dengan hipertensi dan protein di dalam urine. Ketika ibu hamil mengalami hipertensi, jantung akan bekerja lebih keras memompa darah untuk memenuhi kebutuhan oksigen dan nutrisi tubuh. Jika dibiarkan, penyakit ini dapat mengganggu organ lain terutama organ-organ vital seperti jantung, ginjal (Sarosh Rana, et.al.2019) serta otak (Elizabeth A. Phipps. et.al.2019). Pada penelitian ini yang menjadi sampel sebanyak 58 ibu hamil dengan pola makan yang kurang baik 38 orang (64,4%) dan sebanyak 37 ibu hamil (63,8%) yang mengalami preeklampsia. Hal ini menunjukkan, pola makan ibu hamil yang kurang baik. Masyarakat secara individu masih memiliki pola makan, pemahaman dan perhatian terhadap diri sendiri yang kurang baik (Rafsanjani, 2018).

Konsumsi banyak makanan tinggi natrium, gula dan lemak dapat mengganggu tekanan darah. Ketika asupan natrium terlalu tinggi, tubuh akan menahan lebih banyak air untuk menjaga keseimbangan elektrolit. Penambahan volume cairan dalam darah dapat meningkatkan tekanan darah karena volume darah yang lebih besar memberi tekanan lebih pada dinding pembuluh darah (Grillo *et al.*, 2019). Asupan natrium yang tinggi berhubungan dengan retensi air, perubahan struktur dan fungsi arteri, modulasi neuron otonom pada sistem kardiovaskuler. Pengurangan asupan garam dapat memberikan efek yang menguntungkan pada sistem kardiovaskuler, menyebabkan penurunan nilai tekanan (Grillo *et al.*, 2019). Kelebihan konsumsi gula, terutama gula tambahan, dapat meningkatkan risiko hipertensi melalui berbagai mekanisme, seperti peningkatan resistansi insulin, obesitas, peradangan, dan stres oksidatif. Makanan berlemak, terutama yang mengandung lemak jenuh dan trans terutama dalam makanan olahan dan *fast food*, dapat memperburuk kesehatan jantung dan meningkatkan tekanan darah. Ini dapat terjadi melalui mekanisme seperti peningkatan kolesterol LDL, pembentukan plak pada pembuluh darah, peningkatan peradangan, serta obesitas (Perry, Stephanou and Rayman, 2022).

Memiliki pola makan yang sehat, mempelajari manajemen stres, melakukan olahraga dan aktivitas fisik, mengonsumsi antioksidan dan kalsium memiliki pengaruh yang baik terhadap pencegahan preeklampsia (Rasouli, Pourheidari and Gardesh, 2019). Makanan yang kaya akan sayuran, lemak esensial dan lemak tak jenuh ganda, serta karbohidrat kaya serat harus dipromosikan terutama pada wanita yang kelebihan berat badan, obesitas, atau diabetes. Asupan zat gizi mikro yang cukup (misalnya zat besi, kalsium, folat, vitamin D, dan karotenoid) juga penting untuk mendukung kehamilan dan menyusui (Alfonso Mate, *et.al.*2021). Dengan demikian pola makan dan gaya hidup baik sangat berpotensi mengurangi risiko preeklamsia (Allen *et al.*, 2014).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat disimpulkan bahwa ada pola makan yang tidak sesuai pada ibu hamil dan berhubungan terhadap kejadian preeklamsia pada ibu hamil di Puskesmas Antang Makassar dengan nilai *p value* 0,006. Waktu makan yang tidak sesuai serta konsumsi makanan tinggi garam, gula dan lemak berlebih memicu terjadi preeklampsia pada ibu hamil.

UCAPAN TERIMAKASIH

Saya ucapkan terimakasih kepada orang tua dan suami yang selalu memberikan dukungan, motivasi, dan nasihat kepada saya serta mendoakan saya setiap saat, juga kepada anak saya sebagai penyemangat dikala Lelah. Terimakasih kepada PPM Universitas Cokroaminoto Makassar, tim peneliti dan pihak terkait yang memfasilitasi penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Adhitya Y, Sukoco P, Abimanyu B, Et Al.(2019). Preeklampsia Berat , Sindrom Hellp, dan Eklampsia Terhadap Luanan Janin (Fetal Outcome) Di Rsud Ulin Banjarmasin. *Indones J Obstet Sci*; 2: 143–151.
- Amalia Nurul, Rahmi Sari Kasoema dan Ainal Mardiah, (2022), Faktor yang mempengaruhi Kejadian preklampsia pada ibu hamil, *Jurnal Voice of midwifery*, Volume 12 Nomor 1, Maret 2022 Halaman 8 - 23
- Elizabeth A. Phipps. *et.al.* (2019). Pre-eclampsia: pathogenesis, novel diagnostics and therapies. Bostom USA, *HHS Public Access*.

- Grillo A, et.al.(2019),Stadium intake and Hypertentions, Milan, *Nutrien MPDI*.
- Kemkes,Rokom,(2024),Agar Ibu dan Bayi Selamat.
<https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/blog/20240125/3944849/agar-ibu-dan-bayi-selamat/>. Diakses tanggal 1 Desember 2024 pukul 14.08 wita.
- Kemkes.Nugrahaen,CK.(2023).Mengenal Preeklampsia.
https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2745/mengenal-preeklampsia. Diakses Tanggal 1 Januari 2024 pukul 14.04 wita.
- Mardianto, Darwis dan Suhartatik, (2021), Hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi, Makassar, *Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan, Volume 1 Nomor 4 2021*
- Rafsanjani, T. M.(2018). Pengaruh individu, dukungan keluarga dan sosial budaya terhadap konsumsi makanan ibu muda menyusui (Studi kasus di Desa Sofyan Kecamatan Simeulue Timur Kabupaten Simeulue). *Action: Aceh Nutrition Journal*, 3(2), pp. 124–131. doi: 10.30867/action.v3i2.112.
- Rafsanjani, *et.al.*(2019). Hubungan Pola Makan, Umur dan Pengetahuan dengan Kejadian Hipertensi dalam Kehamilan di Wilayah Kerja Puskesmas Kroeng Barona Jaya Kabupaten Aceh Besar. *JPH RECODE Oktober 2019;3 (1) : 63-70* <http://e-journal.unair.ac.id/JPHRECODE>
- Rasouli Masoumeh, Mahboubeh Pourheidari1, Zeinab Hamzeh Gardesh, (2019), Effect of Self-care Before and During Pregnancy to Prevention and Control Preeclampsia in High-risk Women, *International Journal of Preventive Medicine*.
- Rana Sarosh, *et.al.*(2019),Preeclampsia: Pathophysiology, Challenges, and Perspectives, *Circulation Research* Volume 124, Issue 7, 29 March 2019; Pages 1094-1112
- Rohman., D.(2015). Gambaran Sikap Ibu Hamil Dalam Pencegahan Preeklampsia/Eklampsia di Desa Puton Kabupaten Jombang. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 1(1). Diakses dari: <https://journal.stikespemkabjombang.ac.id/index.php/jikep/article/view/122>.
- Perry Abigail, Anna Stephanou, dan Margaret P Rayman. (2022). Dietary Factors that Affect the Risk of Preeclampsia. *BMJ Nutritio Prevention and Health*.
- Wuladari Eka Suci, Ernawati dan Djohar Nuswantoro, (2021), Faktor risiko preeklampsia berat dengan komplikasi. Surabaya: *Original Research Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal*, Volume 5 No. 1, January 2021