

PENGARUH EDUKASI GIZI TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP PADA IBU HAMIL TENTANG HIPERTENSI DI MASA KEHAMILAN : *LITERATURE REVIEW*

Karina Ailsa Rania^{1*}

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga¹

*Corresponding Author : karinaailsa123@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi pada kehamilan memiliki pengaruh yang cukup besar bagi kesehatan ibu dan juga anak yang sedang dikandung. Berdasarkan hasil laporan Dinas Kesehatan Kota Surabaya, terhitung hingga bulan Juli tahun 2023 menyebutkan jumlah hipertensi dalam kehamilan di Kota Surabaya yaitu sebanyak 639 kasus, dimana angka tersebut masih tergolong tinggi. Untuk menangani kejadian hipertensi pada ibu hamil, perlu dilakukan beberapa cara salah satunya adalah dengan meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai hipertensi dimasa kehamilan, untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil, dapat dilakukan dengan memberikan edukasi gizi sejak awal kehamilan. Pendidikan gizi dapat dilakukan dengan beberapa cara atau metode yang diikuti dengan bantuan media penunjang, seperti dengan cara ceramah, diskusi, menggunakan media video animasi, dan juga poster. Literatur review ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana pengaruh edukasi gizi terkait hipertensi dimasa kehamilan terhadap perubahan pengetahuan dan sikap ibu hamil. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelusuran literatur dari 6 penelitian berdasarkan artikel klinis yang dipublikasikan antara tahun 2020 hingga 2025. Hasil yang didapatkan dari analisis terhadap 6 artikel yang ditemui adalah terdapat perubahan pengetahuan dan sikap pada ibu hamil antara sebelum dilakukan edukasi gizi dan setelah dilakukan edukasi gizi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa edukasi gizi berpengaruh terhadap perubahan pengetahuan dan sikap ibu hamil mengenai hipertensi di masa kehamilan.

Kata kunci : edukasi gizi, hipertensi, ibu hamil, pengetahuan, sikap

ABSTRACT

Hypertension in pregnancy has a considerable influence on the health of the mother and also the child being conceived. Based on the results of the Surabaya City Health Office report, as of July 2023, the number of hypertension in pregnancy in Surabaya City was 639 cases, where this figure is still relatively high. To deal with the incidence of hypertension in pregnant women, it is necessary to do several ways, one of which is to increase the knowledge of pregnant women about hypertension during pregnancy, to increase the knowledge of pregnant women, can be done by providing nutrition education since early pregnancy. Nutrition education can be done in several ways or methods followed by the help of supporting media, such as lectures, discussions, using animated video media, and posters. This literature review aims to determine the effect of nutrition education related to hypertension during pregnancy on changes in knowledge and attitudes of pregnant women. The method used in this study is a literature search of 6 studies based on clinical articles published between 2020 and 2025. The results obtained from the analysis of the 6 articles found were that there were changes in knowledge and attitudes in pregnant women between before nutrition education and after nutrition education. So it can be concluded that nutrition education has an effect on changes in knowledge and attitudes of pregnant women regarding hypertension during pregnancy.

Keywords : attitude, hypertension, knowledge, nutrition education, pregnant women

PENDAHULUAN

Hipertensi Dalam Kehamilan (HDK) terdiri dari beberapa macam jenis dengan gejala dan penyebab yang berbeda beda, meliputi preeklampsia/eklampsia, hipertensi kronis, hipertensi kronis disertai preeklampsia, dan hipertensi gestasional (Alatas, H., 2019). HDK sendiri ditandai dengan tekanan darah sistolik ibu hamil >140mmHg atau tekanan darah diastolik >90mmHg

(Sulistiani, A dan Azizah, A., 2022). Hipertensi dalam kehamilan sangat memengaruhi kesehatan ibu dan anak yang sedang dikandung. Hingga Juli 2023, ada 639 kasus hipertensi kehamilan di Kota Surabaya, menurut laporan Dinas Kesehatan Kota Surabaya. Dengan data yang masih tinggi, penting untuk melindungi ibu dan janin dari berbagai akibat hipertensi selama kehamilan, termasuk kelahiran prematur, gangguan pertumbuhan janin, sindrom pernafasan, kematian janin, dan bahkan kematian ibu hamil (Ariyani et al., 2021).

Kematian ibu adalah kematian seorang wanita selama kehamilan atau dalam waktu 42 hari setelah melahirkan. tidak peduli lama atau lokasi kehamilannya, ataupun disebabkan oleh faktor-faktor yang berhubungan atau tidak berhubungan dalam memperburuk kehamilannya atau pengobatannya. Namun bukan yang disebabkan oleh kecelakaan (Sirait, 2012). World Health Organization (WHO) mengatakan bahwa tekanan darah tinggi menyebabkan 14% dari seluruh kematian ibu hamil, dengan 210 kasus kematian ibu hamil di seluruh dunia pada tahun 2013. Tekanan darah tinggi juga dikaitkan dengan risiko kematian ibu, komplikasi yang dialami ibu, dan kondisi janin yang lebih buruk (Akbar, M. I. A., 2019).

Faktor genetik, riwayat preeklamsia sebelumnya, kehamilan multifetal, multiparitas, penyakit kronis, usia ibu di bawah 20 tahun atau di atas 35 tahun, kebiasaan minum kopi, penyakit autoimun, riwayat pembekuan darah yang buruk, dan wanita dengan tekanan darah tinggi selama trimester pertama kehamilan adalah beberapa faktor yang dapat menyebabkan hipertensi pada ibu hamil (Makmur & Fitriahadi, 2020). Untuk mengurangi dampak jangka panjang dan jangka pendek dari hipertensi pada ibu hamil, perlu dilakukan peningkatan pengetahuan tentang kondisi ini. Salah satu cara untuk mengatasi dampak hipertensi selama kehamilan adalah dengan mengajarkan ibu hamil tentang nutrisi sejak awal kehamilan. Hal ini dapat dilakukan dengan berbagai cara dan kemudian diikuti dengan media sebagai penunjang.

Peneliti merumuskan masalah yang didasarkan pada temuan peneliti terdahulu yaitu apakah terdapat perbedaan pengetahuan dan sikap setelah diberikan edukasi mengenai hipertensi selama masa kehamilan pada ibu hamil. Tujuan dari literatur review ini adalah mengetahui bagaimana pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan dan sikap ibu hamil mengenai hipertensi di masa kehamilan.

METODE

Desain penelitian ini menggunakan metode *Literature Review* atau analisis literatur untuk menganalisis pengaruh edukasi gizi dalam perubahan pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang hipertensi dimasa kehamilan. Strategi pencarian literatur diambil dari berbagai sumber literatur relevan, seperti jurnal ilmiah, buku, tesis, dan artikel yang diakses melalui Google. Kriteria artikel yang dipilih yaitu artikel yang diterbitkan antara tahun 2020 hingga 2025. Artikel yang relevan dipilih untuk menganalisis pengaruh edukasi gizi dalam perubahan pengetahuan dan sikap setelah diberikan edukasi pada ibu hamil tentang hipertensi di masa kehamilan.

HASIL

Tabel 1. Karakteristik Artikel yang Dianalisa

Nama Pengarang	Tahun	Negara	Tujuan Penelitian	Partisipan	Desain Metode Pengambilan Data	dan Temuan	Implikasi
Sri Rahayu et al	2024	Indonesia	Meningkatkan kesadaran ibu hamil mengenai hipertensi selama	24 ibu hamil di RSUD dr.Soerantno Gemolo	<i>Quasy Experiment</i> dengan bentuk rancangan <i>pretest-post-test Non-Equivalent</i>	Terdapat peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang hipertensi	Temuan dapat mendukung bahwa edukasi kesehatan

			kehamilan	ng	<i>Control Group</i>	yaitu 70,83% menjadi 83,33% setelah dilakukan edukasi kesehatan	dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang hipertensi pada kehamilan
Jasmani	2024	Indonesia	Mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan ibu hamil tentang tanda bahaya kehamilan.	35 ibu hamil di Puskesmas Bua	kuantitatif dengan rancangan pra eksperimen menggunakan One Group Pre test – Post test design	Terdapat pengaruh pendidikan kesehatan pada ibu hamil di Puskesmas Bua	Temuan dapat mendukung bahwa pendidikan kesehatan adalah suatu upaya perubahan perilaku manusia yang dilakukan melalui pendekatan edukatif
Rindasari Munir et al	2024	Indonesia	Meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang pola makan yang sehat untuk mencegah hipertensi dalam kehamilan	25 Ibu hamil di RW 06 Desa Sirnagalih	kuantitatif dengan rancangan pra eksperimen menggunakan One Group Pre test – Post test design	Terdapat peningkatan pemahaman peserta dari nilai pre test 1.08 dan post test 1.88	Temuan dapat mendukung bahwa edukasi pola makan dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai pola makan untuk mencegah hipertensi dalam kehamilan
Jehani fajar pangestu dan Henny Fitriani	2022	Indonesia	Menganalisis pengaruh pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan ibu tentang hipertensi kehamilan di Puskesmas Perumnas II Pontianak Barat	35 ibu hamil di Puskesmas Perumnas II Pontianak Barat	Quasi Eksperimen dengan design one group pre test post	Terdapat peningkatan pengetahuan yang signifikan antara sebelum dan sesudah pendidikan kesehatan dengan media video	Temuan dapat mendukung bahwa pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang hipertensi dalam kehamilan
Helmalia	2022	Indonesia	Mengetahui	20 ibu	Quasy	Terdapat	Temuan

Julianto Putri dan Elfira Sri Futriani	a		Efektivitas Edukasi Nutrisi Pada Ibu Hamil Trimester 1 Dengan Hipertensi Melalui Media Video Animasi di Puskesmas Bahagia Tahun 2022	hamil trimester 1 dengan sampel hipertensi di Puskesmas Bahagia bulan April 2022	Exsperiment dengan pendekatan total sampel	efektifitas edukasi nutrisi pada ibu hamil trimester 1 dengan hipertensi melalui media video animasi di Puskesmas Bahagia Tahun 2022	dapat mendukung bahwa edukasi melalui video animasi efektif dalam meningkatkan pengetahuan tentang nutrisi ibu hamil trimester 1 dengan hipertensi
Sisilia Septreena Br. Mahal	2024	Indonesia	Mengetahui pengaruh peer group education terhadap pengetahuan dan sikap tentang status gizi selama kehamilan di PMB Hutapea Kota Pematang Siantar Tahun 2024	42 ibu hamil yang melakukan kunjungan antenatal care	Quasi experiment dengan desain Pretest-Post test control group design	Terdapat Pengaruh Peer Group Education Terhadap Pengetahuan dan sikap Ibu Tentang Status Gizi Selama Kehamilan.	Temuan dapat mendukung bahwa edukasi gizi dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap tentang status gizi selama kehamilan

Berdasarkan hasil dari 6 penelitian terdahulu, keenamnya menunjukkan bahwa terdapat perubahan pengetahuan dan sikap setelah dilakukan edukasi gizi.

PEMBAHASAN

Berdasarkan tinjauan literatur yang telah dilakukan oleh peneliti, secara garis besar edukasi gizi mengenai hipertensi selama kehamilan memiliki pengaruh dalam peningkatan pengetahuan dan sikap ibu hamil. Edukasi gizi merupakan pendekatan edukatif yang memiliki tujuan memberikan perubahan pengetahuan, sikap, dan perilaku sehingga dapat menurunkan permasalahan gizi. Dengan cukupnya edukasi gizi yang diberikan kepada ibu hamil, nutrisi bayi juga akan terpenuhi dengan baik. Salah satu cara terbaik untuk meningkatkan pengetahuan adalah dengan memberikan pendidikan gizi. (Widhi, A.S dan Alamsyah, P.R, 2022) Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin banyak pula pengetahuan yang dimilikinya. Seseorang dengan pendidikan yang tinggi dapat bertindak dengan lebih logis terhadap informasi yang mereka terima dan mempertimbangkan keuntungan yang bisa didapatkan (Damayanti, M. et al., 2021).

Edukasi gizi dapat dilakukan dengan bantuan beberapa media dan metode. Dengan bantuan media, peserta akan lebih mudah memahami materi yang disampaikan, selain itu edukator juga dapat lebih terbantu dalam menyampaikan materi. Pemilihan media edukasi yang menarik, efektif, dan efisien juga sangat berpengaruh terhadap keberhasilan suatu edukasi gizi.

Contoh dari beberapa media yang dapat digunakan dalam melakukan edukasi gizi antara lain video animasi, poster, berbagai media game, dan lain sebagainya. Kelebihan dari analisis literatur ini adalah referensi yang digunakan berasal dari artikel yang dapat dipercaya sehingga dapat digunakan sebagai referensi untuk penelitian yang serupa. Namun, analisis literatur ini juga memiliki kekurangan, yaitu tidak dapat mencapai semua jurnal-jurnal yang sesuai dengan syarat dan variabel yang diteliti. Sehingga peneliti selanjutnya dapat memperluas jangkauan dalam penelusuran artikel yang sesuai.

KESIMPULAN

Dari telaah keseluruhan artikel menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara edukasi gizi mengenai hipertensi selama masa kehamilan dengan pengetahuan dan sikap ibu hamil. Seluruh artikel menemukan bahwa edukasi gizi dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu hamil. Untuk peneliti selanjutnya, analisis literatur dapat dilakukan dengan memfokuskan pada jenis penyakit serta kelompok responden tertentu sehingga hasil yang diperoleh dapat lebih mendalam. Bagi instansi kesehatan dapat menjadikan edukasi gizi sebagai upaya peningkatan pengetahuan sehingga ibu hamil dapat mengetahui apa yang harus dilakukan agar terhindar dari hipertensi atau ketika menghadapi hipertensi dimasa kehamilan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih kepada peneliti jurnal terdahulu yang telah membantu dalam penyusunan jurnal, serta kepada pemberi dana penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, M. I. A. (2019). 'SLE dalam Kehamilan' *Airlangga University Press*
- Alatas, H. (2019). 'Hipertensi dalam Kehamilan' *Herb-Medicine Journal*. 2(2): pp. 29
- Aryani, N.P., Affida, B.R., Idyawati, S. (2021). 'Studi Kasus Hipertensi Dalam Kehamilan', *Journal Of Fundus*. 1(1): pp. 22.
- Damayanti. 2021. 'Hubungan tingkat stres akademik dan kualitas tidur dengan siklus menstruasi selama pandemi COVID-19 Mahasiswi Keperawatan Universitas Harapan Bangsa', *Borneo Nursing Journal*, 4(1), pp.
- Jasmani. (2024). 'Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang Hipertensi Pada Masa Kehamilan', *Jurnal Ilmu Kesehatan dan Kebidanan Nusantara*, 1(2), pp. 173-177
- Maha, S. S. B., Sinaga, S. N., dan Simanullang, E. (2024). 'Pengaruh Peer Group Education Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Tentang Status Gizi Selama Kehamilan', *Indonesian Health Issue*, 3(2), pp 120-127.
- Makmur, N. S., & Fitriahadi, E. (2020). 'Faktor-faktor terjadinya hipertensi dalam kehamilan di Puskesmas X', *Journal of Health Studies*, 4(1): pp. 66-72.
- Munir, R., Zahra, N. A., Rahmawati, A., Luthfiah, N. A., Nurania, S., Mulyadi, Y. (2024). 'Edukasi Pola Makan Ibu Hamil Untuk Mencegah Hipertensi Dalam Kehamilan Di Rw 06 Desa Sirnagalih', *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), pp. 35-40.
- Pangestu, J. F. dan Fitriani, H. (2022). 'Pendidikan Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Hipertensi Dalam Kehamilan di Puskesmas Perumnas II Pontianak Barat'. *Jurnal Kesehatan Qamarul Huda*, 10(2), pp. 237-240.
- Putri, H. J., dan Futriani, E. S. (2022) 'Efektivitas Edukasi Nutrisi Pada Ibu Hamil Trimester 1 dengan Hipertensi Melalui Media Video Animasi di Puskesmas Bahagia Tahun 2022', *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 4(3), pp 2090-2097.

- Rahayu, S., Rahayuningsih, F. B., Oktaviana, W., Pratiwi, J. S., Dinasti, T. W., Aziza, A. N. (2024) 'Edukasi Kesehatan Tentang Hipertensi Pada Kehamilan', *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2), pp. 859-863.
- Sirait, A. M., (2012). 'Prevalensi Hipertensi Pada Kehamilan Di Indonesia Dan Berbagai Faktor Yang Berhubungan (Riset Kesehatan Dasar 2007)', 15(2): pp. 104.
- Sulistiani, A., dan Azizah, A. (2022). 'Hubungan Umur Dan Paritas Dengan Kejadian Hipertensi Dalam Kehamilan Di Puskesmas Tenganan Kabupaten Semarang Tahun 2022', *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(2): pp. 3089.