

# **GAMBARAN TINGKAT KONSUMSI ENERGI DAN PROTEIN PADA IBU HAMIL KEK DI WILAYAH PUSKESMAS MENUR KECAMATAN SUKOLILO KOTA SURABAYA TAHUN 2014.**

## **Abstrak**

Salah satu masalah gizi yang di hadapi di Indonesia adalah masalah gizi pada masa kehamilan. Pada keadaan gizi ibu sebelum dan selama hamil sangat mempengaruhi kualitas bayi yang dilahirkan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran asupan energi dan protein pada ibu hamil KEK.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif observasional. Populasi penelitian ini adalah semua ibu hamil yang Kekurangan Energi Kronis (KEK) di Wilayah Puskesmas Menur Kecamatan Sukolilo Kota Surabaya dengan pengambilan sampel dilakukan dengan Total Sampling. Pengukuran tingkat konsumsi energi dan protein dengan menggunakan Food Recall 2x24 jam sedangkan frekuensi pola makan menggunakan Food Frequency Semikuantitatif (FFQ) dengan menggunakan pedoman konversi food Picture.

Hasil penelitian ini menunjukkan tingkat konsumsi energi responden yang dikategorikan defisit ringan (80-89%) yaitu 8 responden (33,33%), tingkat konsumsi protein responden yang dikategorikan defisit ringan (80-89%) yaitu 8 responden (33,33%) sebagian besar responden dengan tingkat konsumsi defisit ringan berusia 19-29 tahun. Frekuensi pola makan sumber energi 24 responden mengkonsumsi nasi dengan pola harian sedangkan pada makanan sumber protein 15 responden mengkonsumsi daging ayam dan telur ayam dengan pola mingguan. Pada penelitian ibu diharapkan ibu hamil dapat menjaga asupan makanan selama kehamilan berlangsung, untuk mencegah terjadinya gizi buruk pada ibu dan bayinya.

***Kata kunci : tingkat konsumsi energi, protein dan frekuensi pola makan***

**THE PREVIEW OF ENERGY CONSUMPTION AND PROTEIN OF CED  
PREGNANT WOMEN IN THE HEALTH CENTER OF MENUR SUKOLILO  
DISTRICT, SURABAYA IN 2014.**

**Abstract**

One of the nutritional problems faced in Indonesia is the problem of nutrition during pregnancy. The condition of maternal nutrition before and during pregnancy greatly affects the quality of the babies born. The purpose of this study is to describe the energy and protein intake in CED pregnant women.

This study is an observational descriptive study. The population of this study were all pregnant women Chronic Energy Deficiency (CED) in the Health Center Menur Regional Sukolilo District, Surabaya by taking total sampling. The measurement of energy consumption and protein levels using 2x24 hour Food Recall; whereas the frequency of diet using Semi Quantitative Food Frequency (FFQ) along with the conversion guidelines food Picture.

The results of this indicate study show the level of energy consumption that are categorized into respondents with mild deficit (80-89%); 8 respondents (33.33%), the levels of protein intake categorized into respondents with mild deficit (80-89%) is 8 respondents (33.33%), most respondents with mild deficits consumption rate of 19-29 years old. The frequency of dietary energy source 24 respondents consuming rice daily pattern at the same time food sources of protein on 15 respondents consuming chicken and eggs with a weekly pattern. In a study of pregnant, mothers are expected to maintain food intake during their pregnancy progresses to prevent malnutrition in the mother and her baby.

***Keywords: energy consumption levels, protein, and frequency of diet.***