JIDAN
JURNAL ILMIAH KEBIDANAN
E-ISSN 2774-4671
Vol 3 Nomor 1
Tahun 2023
Hal. 99-104

HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI IBU HAMIL TRIMESTER II DAN III TERHADAP PENINGKATAN BERAT BADAN SELAMA KEHAMILAN DI PUSKESMAS KAMPUS PALEMBANG TAHUN 2022

Hanik Khairun Nisa
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Husada Palembang, Palembang, Indonesia
Email : khairunnisa19021997@gmail.com

Abstrak

Pemenuhan gizi terhadap ibu hamil merupakan hal yang penting karena akan memberikan dampak baik bagi ibu maupun bayi yang dikandungnya. Ibu hamil yang memiliki status gizi kurang dapat menimbulkan resiko terhadap pertumbuhan dan perkembangan janinnya, bayi lahir cacat, berat lahir rendah (BBLR) bahkan dapat mengakibatkan kematian bayi dalam kandungan. Tercapainya kebutuhan gizi pada saat hamil salah satunya dipengaruhi oleh pengetahuan ibu terkait dengan gizi saat kehamilan.Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan gizi ibu hamil Trimester II dan III terhadap peningkatan berat badan selama kehamilan. Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah analitik dengan pendekatan cross sectional menggunakan data primer dengan mengukur pengetahuan ibu hamil menggunakan kuesioner sedangkankan untuk menilai peningkatan berat badan dilihat dari buku KIA/KMS. Pengambilan sampel dilakukan di Puskesmas Kampus Palembang. Sampel yang digunakan didalam penelitian ini berjumlah 40 orang yang telah memenuhi kriteria inklusi. Analisis data menggunakan Chi Square dengan α=0,05 dan CI=95%. Hasil dari penelitian ini ialah terdapat hubungan pengetahuan gizi pada ibu hamil terhadap peningkatan berat badan selama kehamilan di Puskesmas Kampus Palembang dengan nilai p-value = 0,002. Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa pengetahuan gizi pada ibu hamil mempengaruhi peningkatan berat badan selama kehamilan.

Kata Kunci : Ibu hamil, Gizi, Berat Badan

Abstrack

Fulfillment of nutrition for pregnant women is important because it will have an impact on both the mother and the baby she is carrying. Pregnant women who have poor nutritional status can pose a risk to the growth and development of their fetus, babies with birth defects, low birth weight (LBW) can even cause infant death in the womb. The achievement of nutritional needs during pregnancy is one of which is influenced by maternal knowledge related to nutrition during pregnancy. The research design used in this study was analytic with a cross-sectional approach using primary data by measuring the knowledge of pregnant women using a questionnaire while assessing the increase in body weight was seen from the KIA/KMS book. Sampling was carried out at the Puskesmas Kampus Palembang. The sample used in this study was 40 people who met the inclusive criteria. Data analysis used Chi Square with α=0.05 and CI=95%. The results of this study are that there is a relationship between nutritional knowledge in pregnant women and weight gain during pregnancy at the Puskesmas Kampus Palembang with a p-value = 0.002. From the

JIDAN
JURNAL ILMIAH KEBIDANAN
E-ISSN 2774-4671
Vol 3 Nomor 1
Tahun 2023
Hal. 99-104

results of this study it can be interpreted that nutritional knowledge in pregnant women affects weight gain during pregnancy.

Keywords: Pregnant women, Nutrition, Weight

Pendahuluan

Salah satu indikator derajat kesehatan masyarakat yaitu jumlah angka kematian ibu maternal (AKI). Angka kematian ibu dapat berguna untuk menunjukkan gambaran tingkat status gizi, kesadaran dalam berperilaku hidup sehat serta tingkat pelayanan kesehatan terutama untuk ibu hamil. Untuk mencapai salah satu target SDG'S (Suistainable Development Goals) yaitu meningkatkan kesehatan ibu, maka diperlukan upaya efektif yang merupakan indikator seorang ibu tidak mengalami kekurangan energi kronik (KEK). Hal ini berkaitan dengan status gizi saat kehamilan, status gizi seorang ibu hamil akan berpengaruh juga terhadap status gizi yang janin sedang dikandung nya oleh karena itu gizi pada ibu hamil perlu mendapat perhatian khusus (Rikesda,2018).

Ukuran status gizi wanita hamil dapat dilakukan dengan dua cara, yaitu dengan menghitung IMT atau mengukur LILA (Lingkar Lengan Atas). Seorang ibu hamil dikatakan status gizinya normal apabila mempunyai IMT 18,5 s/d 24,9 kg/m2 selama kehamilan atau ditandai dengan hasil pengukuran LILA lebih dari atau sama dengan 23,5 cm yang merupakan indikator seorang ibu tidak mengalami Kekurangan Energi Kalori (KEK) (Tesfaye et al., 2022) .

Kenaikan berat badan ibu hamil merupakan salah satu hal yang digunakan untuk menentukan indeks status gizi ibu hamil tersebut. Peningkatan berat badan ibu hamil yang kurang maupun berlebih dapat memberikan dampak bagi ibu maupun janin. Adapun dampak apabila terjadi kenaikan berat badan berlebih pada ibu hamil adalah bayi yang dilahirkan besar sehingga beresiko untuk mengalami kesulitan selama persalinan, selain itu berat badan berlebih pada kehamilan merupakan salah satu faktor resiko terjadinya hipertensi dalam kehamilan. Sedangkan dampak yang terjadi pada ibu hamil yang kenaikan berat badannya kurang dari yang direkomendasikan selama kehamilan juga memiliki dampak negatif terhadap resiko tidak berkembangnya janin, selain itu kurang gizi dan anemia dapat menjadi penyulit pada saat melahirkan (Habtu et al., 2022).

Pengetahuan merupakan faktor yang dapat mempengaruhi peningkatan berat badan ibu selama hamil. Pengetahuan yang dimiliki oleh seorang ibu hamil dapat mempengaruhi dalam pengambilan keputusan dan juga berpengaruh pada perilakunya. Ibu dengan pengetahuan gizi yang baik kemungkinan akan memberikan gizi yang cukup bagi bayinya (Ramadhani et al., 2021).

Prevelensi ibu hamil yang menderita KEK di Sumatera Selatan di tahun 2019 adalah 20,2% (Dinkes Sumsel, 2019). Permasalahan ibu hamil dengan KEK merupakan permasalahan mendasar yang perlu mendapat penanganan yang lebih baik, mengingat status kesehatan ibu hamil menentukan dalam menurunkan AKI dan AKB. Kurang pengetahuan ibu hamil tentang gizi menyebabkan kurangnya makanan bergizi selama hamil. Salah satu faktor yang mempengaruhi gizi ibu hamil yaitu pengetahuan ibu

JIDAN
JURNAL ILMIAH KEBIDANAN
E-ISSN 2774-4671
Vol 3 Nomor 1
Tahun 2023
Hal. 99-104

hamil dan keluarga tentang zat gizi dalam makanan. Perencanaan dan penyusunan makanan ibu hamil mempunyai peranan yang penting. Faktor yang mempengaruhi perencanaan dan penyusunan makanan yang sehat dan seimbang bagi ibu hamil yaitu kemampuan ibu dan keluarga dalam membeli makanan serta pengetahuan tentang gizi. Pengetahuan yang dimiliki seorang ibu akan mempengaruhi perilaku ibu termasuk dalam pengambilan keputusan. Ibu dengan gizi yang baik, kemungkinan akan memenuhi kebutuhan gizi yang baik untuk bayinya. Sehingga ibu yang memiliki pengetahuan yang baik meskipun pada awal kehamilannya mengalami mual dan rasa tidak nyaman maka ia akan berupaya untuk memenuhi kebutuhan gizinya dan juga bayinya (Lee et al., 2018).

Berdasarkan hasil dari data observasi yang dilakukan di Puskesmas Kampus Palembang didapatkan sebanyak 28 ibu hamil yang mengalami KEK dan belum mengetahui tentang pemenuhan gizi seimbang pada ibu hamil, sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tengan "Hubungan Pengetahuan Gizi Ibu Hamil Trimester II dan III Terhadap Peningkatan Berat Badan Selama Kehamilan di Puskesmas Kampus".

Metode

Jenis penelitian berupa deskriptif analitik dengan desain penelitian crosssectional, yaitu suatu penelitian yang diobservasi secara bersamaan pada waktu tertentu, sampel dalam penelitian ini yaitu ibu-ibu hamil trimester II dan III sejumlah 40 orang, pengumpulan data dengan menggunakan kuesioner untuk data peningkatan berat badan selama kehamilan berasal dari data buku KIA/KMS. Selanjutnya data yang diperoleh dianalisa dengan secara univariat dan bivariat.

Hasil Dan Pembahasan

Analisa Univariat

1. Karakteristik Responden

Berdasarkan data karakteristik responden didapatkan hasil distribusi frekuensi dengan karakteristik usia, pendidikan, pekerjaan responden di Puskesmas Kampus Palembang Tahun 2022.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik		Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia ibu	<20	2	5,0
	20-35	29	72,5
	>35	9	22,5
Pendidikan	SD	3	7,5
	SMP	5	12,5
	SMA	21	52,5
	DIII	7	17,5
	SI	4	10,0
Pekerjaan	IRT	18	45,0
	Wiraswasta	6	15,0
	Petani	2	5,0
	Guru	3	7,5
	Pedagang	7	17,5
	Buruh	4	10

(Sumber : Data Primer, 2022)

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa usia ibu hamil berusia 20-35 tahun yaitu sejumlah 29 responden (72,5%) dengan status pendidikan Sekolah

JIDAN
JURNAL ILMIAH KEBIDANAN
E-ISSN 2774-4671
Vol 3 Nomor 1
Tahun 2023
Hal. 99-104

Menengah Atas sebanyak 21 responden (52,5%) sedangkan untuk pekerjaan lebih banyak ibu yang tidak bekerja yaitu 18 responden (45,0%).

2. Pengetahuan

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Gizi Ibu Hamil dan Peningkatan Berat badan Ibu Hamil

Variabel	Frekuensi	Presentase (%)
Pengetahuan gizi ibu hamil		
Baik	19	47,5
Cukup Baik	12	30,0
Kurang Baik	9	22,5
Peningkatan berat badan ibu hamil		
Normal	18	45,0
Tidak Normal	22	55,0

(Sumber : Data Primer, 2022)

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa rata-rata pengetahuan ibu hamil memiliki pengetahuan baik sebesar 19 responden (47,5%) akan tetapi masih juga terdapat ibu hamil yang memiliki pengetahuan yaitu 9 responden (30,0%). Peningkatan berat badan ibu selama hamil dengan kategori tidak normal sebanyak 22 responden (55,0%).

Analisa Bivariat

3. Hubungan Antara Pengetahuan Gizi Ibu Hamil Terhadap Peningkatan Berat Badan Selama Kehamilan di Puskesmas Kampus Palembang

Tabel 3. Hubungan Antara Pengetahuan Gizi Ibu Hamil Terhadap Peningkatan Berat Badan Selama Kehamilan di Puskesmas Kampus Palembang

Pengetahuan gizi ibu hamil	Penambahan badan ibu hamil		Total	*P value*
	Normal	Tidak Normal		
Baik	11 (57,9%)	8 (42,1%)	19 (100%)	0,002
Kurang baik	6 (28,5%)	15 (71,5%)	21 (100%)	
Total	17 (42,5%)	23 (57,5%)	40 (100%)	

(Sumber : Data Primer, 2022)

Berdasarkan tabel 3, hasil uji chi square didapatkan nilai *p-value* sebesar 0,002 artinya ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan gizi ibu hamil terhadap peningkatan berat badan selama kehamilan.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian di dapatkan angka pengetahuan gizi pada ibu hamil dengan pengetahuan gizi baik 19 (47,5%). Ibu hamil yang memiliki pengetahuan gizi yang kurang baik sebesar 21 (52,5%). Dari hasil yang didapatkan bahwa pengetahuan gizi ibu hamil yang kurang baik lebih besar dari pada ibu hamil yeng memiliki pengetahuan gizi baik, sehingga dapat disimpulkan bahwa pengetahuan gizi ibu hamil di Puskesmas Kampus Palembang masih kategori kurang.

JIDAN
JURNAL ILMIAH KEBIDANAN
E-ISSN 2774-4671
Vol 3 Nomor 1
Tahun 2023
Hal. 99-104

Pengetahuan merupakan bentuk informasi yang diketahui dan atau disadari oleh seseorang sehingga dapat menjawab sebuah pertanyaan serta memiliki makna benar. Ibu hamil yang memiliki pengetahuan baik akan dapat menerima sebuah informasi khususnya untuk kesehatan dirinya sendiri serta janin yang di kandungnya (Blondin & LoGiudice, 2018).

Kurangnya pengetahuan yang dimiliki oleh ibu hamil salah satunya dipengaruhi oleh faktor pendidikan, hasil penelitian yang didapatkan bahwa sebanyak 21 (52,5%) ibu hamil memiliki status pendidikan Sekolah Menengah Atas. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa ibu hamil masih belum mengetahui terkait dengan pemenuhan gizi pada saat hamil.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian (Lee et al., 2018) yang menyebutkan bahwa ibu hamil yang memiliki status pendidikan rendah memiliki pengetahuan yang kurang pula.

Pada variabel penambahan berat badan ibu hamil, dari hasil keseluruhan responden 40 sampel didapatkan 18 (45,0%) ibu hamil memiliki penambahan berat badan normal sedangkan terdapat responden sebesar 22 (55,0%) ibu hamil memiliki penambahan berat badan yang tidak normal. Dari hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa lebih banyak ibu hamil yang memiliki penambahan berat badan yang tidak normal dibandingkan dengan yang memiliki penambahan berat badan normal. Hal ini terjadi karena adanya kurangnya pengetahuan ibu hamil tentang pemenuhan gizi seimbang selama masa kehamilan.

Berdasarkan hasil penelitian (Tilahun et al., 2022) pengetahuan tentang gizi pada ibu hamil merupakan hal yang sangat penting untuk dapat dimengerti ataupun dipahammi dengan adanya pengetahuan yang cukup seorang ibu hamil dapat memenuhi terkait dengan zat-zat gizi yang diperlukan.

Selain itu, menurut (Ramadhani et al., 2021) menyebutkan apabila ibu hamil memiliki pengetahuan yang baik tentang gizi maka hal tersebut dapat mempengaruhi sikap dan perilaku ibu khususnya berkaitan dengan pola makan. Dengan adanya pengetahuan yang baik makanan yang dikonsumsi lebih diperhatikan, lebih melihat kualitas makanan dari pada kuantitas dari makanan yang dikonsumsi.

Hasil dari penelitian ini sejalan dengan penelitian yang di lakukan oleh Sukmawati pada tahun 2012 yang berjudul "Hubungan antara Pengetahuan dan Sikap dalam Memenuhi Kebutuhan Nutrisi terhadap Status Gizi Ibu Hamil di Puskesmas KassiKassi Makassar" menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan ibu hamil dalam memenuhi kebutuhan nutrisi terhadap status gizi ibu. Ibu yang mempunyai pengetahuan tinggi dengan status gizi baik sebanyak 29 (85,3%) responden, sedangkan ibu hamil yang mempunyai pengetahuan kurang dengan status gizi kurang sebanyak 6 (54,5%) responden, maka didapat nilai $p= 0,048 < \alpha= 0,05$ (Sukmawati, 2012).

Berdasarkan asumsi peneliti bahwa adalah terdapat hubungan pengetahuan gizi ibu hamil trimester II dan III terhadap peningkatan berat badan selama kehamilan. Salah satu faktor rendahnya pengetahuan di akibatkan oleh faktor pendidikan, didalam penelitian ini peneliti hanya menggunakan responden ibu hamil di trimester II dan III hal ini dikarenakan ibu hamil di trimester I memiliki penambahan berat badan yang tidak bermakna apabila ibu hamil di trimester I tidak mengalami penambahan berat badan merupakan hal yang wajar karena keadaan janin didalam rahim masih sangat kecil.

JIDAN
JURNAL ILMIAH KEBIDANAN
E-ISSN 2774-4671
Vol 3 Nomor 1
Tahun 2023
Hal. 99-104

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat diambil kesimpulan bahwa ada hubungan antara antara pengetahuan gizi ibu hamil terhadap peningkatan berat badan selama kehamilan. Berdasarkan simpulan tersebut, maka disarankan untuk melakukan promosi kesehatan dan memberikan penyuluhan tentang gizi pada ibu-ibu yang pengetahuannya masih kurang.

Referensi

Blondin, J. H., & LoGiudice, J. A. (2018). Pregnant women's knowledge and awareness of nutrition. *Applied Nursing Research*, *39*, 167–174. https://doi.org/10.1016/j.apnr.2017.11.020

Dinkes Sumatera Selatan. 2019. Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan. Sumatera Selatan: DinkesProfinsi Sumatera Selatan.

Habtu, M., Agena, A. G., Umugwaneza, M., Mochama, M., & Munyanshongore, C. (2022). Jo ur na Conflict of interest. *Current Developments in Nutrition*, 100018. https://doi.org/10.1016/j.cdnut.2022.100018

Lee, A., Newton, M., Radcliffe, J., & Belski, R. (2018). Pregnancy nutrition knowledge and experiences of pregnant women and antenatal care clinicians: A mixed methods approach. *Women and Birth*, *31*(4), 269–277. https://doi.org/10.1016/j.wombi.2017.10.010

Ramadhani, I. N., Masni, Syam, A., Seweng, A., Stang, & Nur, R. (2021). The relationship between socioeconomic status and nutritional status of pregnant women in temporary shelter, Talise, Palu. *Gaceta Sanitaria*, *35*, S171–S175. https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2021.10.018

Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018.

Sukmawati. (2012). Hubungan Antara Pengetahuan Dan Sikap Dalam Memenuhi Kebutuhan Nutrisi Dengan Status Gizi Ibu Hamil Di Puskesmas Kassi-Kassi Makassar. *Skripsi*.

Tesfaye, A., Sisay, G., Kabthymer, R. H., & Tesfaye, T. (2022). Under-nutrition and associated factors among pregnant women in public health care hospitals of Gedeo Zone, southern Ethiopia: A cross-sectional study. *Heliyon*, *8*(5), e09511. https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2022.e09511

Tilahun, A. G., Fufa, D. A., & Taddesse, R. D. (2022). Undernutrition and its associated factors among pregnant women at the public hospitals of Bench-Sheko and Kaffa zone, southwest Ethiopia. *Heliyon*, *8*(5), e09380. https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2022.e09380