

**PENGETAHUAN IBU DALAM MENERAPKAN GIZI SEIMBANG DENGAN
STATUS GIZI PADA IBU HAMIL DI PUSKESMAS KUTE SIANTAN
TAHUN 2023**

**ERMAWATI FRISKA KABAN, TRISYA YONA FEBRINA, NORMA JEEPI
MARGIYANTI**

Institut Kesehatan Mitra Bunda Batam

ermakaban86ok@gmail.com, trisyayonaa@gmail.com, normajeepi@gmail.com

Abstract: *The nutrition of pregnant women needs attention because it greatly affects the development of the fetus they contain. The impact that arises from pregnant women who experience balanced nutrition deficiencies are exposure to Chronic Energy Deficiency (CED), Anemia and babies born prematurely and babies born with low weight (LBW). This study aims to determine the relationship between mother's knowledge in implementing balanced nutrition and nutritional status of pregnant women at the Kute Siantan Health Center in 2023 with a cross sectional design. The number of pregnant women in the study were 35 people with a total sampling. The results of the study showed that the mother's knowledge of implementing balanced nutrition was sufficient, namely 45.7%. The nutritional status of the mother is good nutrition 57.1%. The results of the chi-square statistical test showed that there was a relationship between mother's knowledge in implementing balanced nutrition and nutritional status of pregnant women at the Kute Siantan Health Center with a p-value of $0.02 \leq 0.05$. The conclusion of the study, the mother's nutritional status is adequate and the mother's knowledge is quite good. The research implications shown by the Kute Siantan Health Center are expected to empower cadres in providing information about balanced nutrition and monitoring the nutritional status of pregnant women by collaborating with family members, especially husbands, parents and siblings*

Keywords: *Knowledge, Nutritional Status, Pregnant Women,*

A. Pendahuluan

Status gizi adalah aspek penting untuk menentukan apakah seorang ibu yang sedang hamil dapat melewati masa kehamilannya dengan baik dan tanpa ada gangguan apapun. Status gizi ibu hamil haruslah normal, karena ketika ibu hamil tersebut mengalami gizi kurang atau gizi berlebih akan banyak komplikasi yang mungkin terjadi selama kehamilan dan berdampak pada kesehatan janin yang dikandungnya. Salah satu permasalahan gizi ibu hamil adalah kekurangan energi kronik (KEK) (Kemenkes RI, 2018).

Masalah gizi kurang pada ibu hamil masih merupakan fokus perhatian, masalah tersebut antara lain anemia dan ibu hamil KEK. Status kesehatan di Indonesia belum menggembirakan ditandai dengan angka kematian ibu, kematian neonatal, bayi dan balita masih sulit ditekan bahkan selama 5 tahun terakhir ini angka kematian neonatal (AKN) 19/1000 kelahiran, angka kematian anak/balita 44/1000 kelahiran hidup sedangkan ibu hamil dengan KEK dari tahun 2015-2019 sekitar 24,5 % terjadi penurunan pada tahun 2019 menjadi 18,2 % (Kemenkes RI, 2018).

Di negara Afrika dan Asia, khususnya di wilayah sub-Sahara dan Asia Tenggara merupakan pusat kemiskinan global dan kurang gizi kronik karena mayoritas populasi tinggal di daerah terpencil/ pedesaan. Tingkat dari kurang gizi kronik dari 777 juta pada tahun 2015 mengalami peningkatan menjadi 815 juta pada tahun 2018 dan diperkirakan setidaknya sekitar 120 juta dari wanita hamil (60%) tinggal di Asia Selatan dan Tenggara mengalami KEK dengan ditandai ukuran LILA < 23,5 cm (WHO, 2018). Berdasarkan sumber data laporan rutin Dinas Kesehatan Indonesia pada Tahun 2021 terdapat 7 provinsi di Indonesia yang persentase ibu hamil memiliki ukuran LILA < 23,5 cm (mengalami risiko KEK) masih di atas target 14,5%, sementara 27 provinsi lainnya sudah mencapai target yang diharapkan. DKI Jakarta adalah provinsi dengan persentase Ibu Hamil KEK yang paling rendah yaitu 3,1% sedangkan provinsi

dengan persentase Ibu Hamil KEK tertinggi adalah Papua Barat (40,7%), Nusa Tenggara Timur (25,1%) dan Papua (24,7%) (Kemenkes, RI, 2021).

Menurut data Dinas Kesehatan Kepri tahun 2021, Kepulauan Riau memiliki prevalensi KEK sebesar 18,3% pada tahun 2018, hal ini menunjukkan bahwa Kepulauan Riau memiliki prevalensi ibu hamil KEK lebih tinggi dibandingkan nasional. Kepulauan Riau juga termasuk kedalam 13 Provinsi dengan prevalensi KEK diatas Nasional pada tahun 2017 (Dinkes Kepri, 2021). Menurut data Dinas Kesehatan kepulauan Anambas pada tahun 2020 pada ibu hamil dengan ukuran LILA < 23,5 cm tercatat berjumlah 926 orang (Dinkes, Anambas, 2020). Menurut data profil kecamatan kute siantan pada tahun 2022 dari bulan januari sampai desember tercatat ibu hamil yang mengalami masalah gizi seimbang sebanyak 37 orang. Data ibu hamil di Kecamatan Kute Siantan pada bulan Januari tahun 2023 tercatat sebanyak 72 orang. Sedangkan data ibu hamil pada trimester kedua sebanyak 35 orang.

Status gizi ibu hamil adalah keadaan kesehatan ibu hamil yang dipengaruhi oleh konsumsi makanan dan minuman pada beberapa waktu sebelum hamil (Angga, 2016). Pemeriksaan antropometrik dapat digunakan untuk menilai status gizi ibu hamil misalnya dengan cara mengukur berat badan, tinggi badan, indeks masa tubuh, dan Lingkar Lengan Atas (LILA). Penilaian yang baik untuk menilai status gizi ibu hamil yaitu dengan pengukuran LILA, karena pada wanita hamil malnutrisi (gizi kurang atau lebih). Menurut Kementerian Kesehatan RI Normal LILA dari trimester pertama sampai ketiga ibu hamil adalah harus lebih dari 23,5 cm. Biasanya, pengukuran lingkar lengan atas dilakukan pada wanita usia subur terutama dalam rentang usia 15 hingga 45 tahun dalam (Trifiana, 2020).

Asupan gizi ibu hamil yang tidak seimbang dapat mengakibatkan defisiensi zat gizi sehingga menyebabkan dampak tidak baik dalam kehamilan (Rahmaniar et al., 2013). Dampak negatif ibu hamil yang tersebut terjadi pada outcome kehamilan, yaitu bayi yang baru dilahirkan dapat mengalami intra uterine growth retardation (IUGR), kelahiran prematur atau bahkan keguguran, dan bayi lahir dengan berat badan yang rendah (BBLR). Dampak pada ibu hamil yaitu anemia, perdarahan dan berat badan ibu tidak bertambah secara normal, kurang gizi seimbang pada ibu hamil juga dapat mempengaruhi proses persalinan dimana dapat mengakibatkan persalinan sulit dan lama serta perdarahan setelah persalinan (Prabayukti, 2019).

Pengetahuan ibu tentang gizi seimbang berpengaruh terhadap status gizi pada ibu hamil. Kurangnya pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dapat menjadi penyebab masalah gizi. Gizi yang baik adalah gizi yang seimbang, artinya asupan zat gizi harus sesuai dengan kebutuhan tubuh. Tidak dapat dipungkiri bahwa faktor pengetahuan ibu memegang peranan penting dalam menyediakan dan menyajikan makanan yang bergizi untuk janin, sehingga berpengaruh terhadap status gizi pada ibu hamil (Yuhansyah, 2019). 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 (Proverawati dan Asfuah, 2019).

Pentingnya menerapkan gizi seimbang pada ibu hamil dengan cara mengonsumsi aneka ragam pangan lebih banyak berguna untuk memenuhi kebutuhan energi, protein dan vitamin serta mineral sebagai pemeliharaan, pertumbuhan dan perkembangan janin serta cadangan selama masa menyusui, Membatasi makan makanan yang mengandung garam tinggi untuk mencegah hipertensi karena meningkatkan resiko kematian janin, terlepasnya plasenta, serta gangguan pertumbuhan, Minum air putih lebih banyak mendukung sirkulasi janin, produksi cairan amnion dan meningkatnya volume darah, mengatur keseimbangan asam basa tubuh, dan mengatur suhu tubuh. Asupan air minum ibu hamil sekitar 2-3 liter perhari (8-12 gelas sehari), Membatasi minum kopi, kandungan KAFEIN dalam kopi meningkatkan buang air kecil yang berakibat dehidrasi, tekanan darah meningkat dan detak jantung muingkat. Paling banyak 2 cangkir kopi/hari (Fitriana, 2017).

Menurut penelitian (Erike Septa Prautami, 2020) dengan judul hubungan pengetahuan dan sikap ibu hamil mengenai status gizi selama kehamilan disimpulkan bahwa pengetahuan

ibu hamil dengan status gizi mempunyai hubungan yang bermakna dengan nilai p value 0,001 dan sikap ibu dengan status gizi mempunyai hubungan yang bermakna dengan nilai p value = 0,002. Menurut Penelitian (Agustin, Farida, 2018) dengan judul pengetahuan, sikap, dan perilaku gizi seimbang terhadap status gizi lebih pada pegawai Rumah Sakit Penyakit Infeksi Sulianti Saroso Jakarta Utara, berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara pengetahuan, sikap, dan perilaku gizi seimbang pada pegawai RSPI Prof. Dr. Sulianti Saroso dengan kejadian gizi lebih.

Menurut Penelitian (Indriasari, 2021) dengan judul analisis faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian status gizi pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Winong Kabupaten Pati, dapat diketahui bahwa ibu hamil yang berpengetahuan kurang sebanyak 5 orang (11,9%), berpengetahuan sedang sebanyak 26 orang (61,9%), dan berpengetahuan baik sebanyak 11 orang (26,2%). Ada hubungan antara Kategori Pengetahuan dengan KEK di Wilayah Kerja Puskesmas Winong I Kabupaten Pati (p value = 0,000 < 0,05).

Pada survei awal peneliti juga melakukan pengamatan terhadap ibu hamil yang melakukan kunjungan ke Puskesmas Peusangan untuk mengetahui apakah ada ibu hamil yang bisa menjadi informan dan bisa diwawancarai, dari hasil survey awal didapatkan bahwa para ibu hamil bisa diwawancarai dan memberikan respon yang positif dengan menjawab beberapa pertanyaan peneliti. Hasil wawancara pada informan pertama yang bekerja sebagai ibu rumah tangga dan suami seorang wiraswasta, alamat desa Pante Gajah, umur 30 tahun, paritas GIII PII A0, usia kehamilan 20 minggu dan diagnosa anemia. Dari hasil wawancara ibu mengalami anemia, hal ini ditunjukkan oleh keadaan ibu hamil dengan kurangnya konsentrasi, berkurangnya nafsu makan, pandangan sering berkunang-kunang yakni terutamanya berubah secara mendadak, sebagai contoh dari kondisi duduk tiba-tiba harus bangkit, wajah, konjungtiva, bibir tampak pucat dan berdasarkan hasil pemeriksaan hb 8 g/dl. Jika dikaji dari pola makan, ibu tidak mengkonsumsi makanan dengan menu gizi seimbang, kurangnya mengkonsumsi makan yang tinggi kandungan zat besi, tidak mengkonsumsi table fe dengan teratur. Selain itu, jika dikaji dari pengetahuan, informan masih kurang memahami pentingnya mengkonsumsi table fe dan makanan yang bergizi selama masa kehamilan.

Informan kedua seorang ibu hamil bekerja sebagai petani, begitu pula dengan suaminya. Informan berumur 24 tahun paritas GI P0 A0, usia kehamilan 9 minggu dan diagnosa KEK. Pada saat penulis menemui informan keduanya dengan ikhlas mau menceritakan kepada penulis tentang kronologis ibu mengalami KEK. Penyebab ibu mengalami KEK salah satunya faktor pendapat keluarga, hal tersebut dapat menentukan kualitas dan kuantitas pola makan. Selama ibu hamil, ibu hanya mengkonsumsi makanan seadanya dan tidak bervariasi serta dengan keterbatasan pengetahuan dan pendidikan rendah ibu tidak memperhatikan nilai gizi terhadap makanan yang dikonsumsi. Melihat uraian diatas, penulis tertarik untuk mengambil judul tentang "Pengetahuan ibu dalam menerapkan gizi seimbang dengan status gizi pada ibu hamil di Puskesmas Kute Siantan tahun 2023".

B. Metodologi Penelitian

Penelitian ini termasuk observasional analitik dengan desain cross sectional, untuk mengetahui hubungan antar pengetahuan penerapan gizi seimbang dengan status gizi pada ibu hamil. Penelitian cross-sectional merupakan jenis penelitian yang menekankan pada waktu pengukuran atau observasi data dalam satu kali, pada satu waktu pada variable terikat dan variabel bebas. Populasi terjangkau dalam penelitian ini adalah ibu hamil trimester pertama, kedua dan ketiga berjumlah 72 Orang. Sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah ibu hamil dengan trimester kedua berjumlah 35 orang. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah non probability sampling dengan total sampling. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Kute Siantan Kepulauan Anambas. Waktu penelitian dilakukan pada tanggal 12 Juni sampai dengan 17 Juni 2023. Pengolahan data dan hasil penelitian ini dianalisis berdasarkan data kasus pengetahuan penerapan gizi seimbang dengan status ibu hamil di puskesmas kute siantan. Pengolahan data dan analisa data dilakukan secara manual dengan komputerisasi menggunakan uji chi-square dan penelitian selanjutnya, penelitian selajutnya dianalisis secara univariat dan uji bivariat

C.Hasil dan Pembahasan

1. Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa sebagian besar umur responden adalah 20-30 tahun sebanyak 24 orang (68,6%). Dalam penelitian ini, pekerjaan responden tertinggi adalah ibu rumah tangga sebanyak 16 orang (45,7%). Pendidikan responden tertinggi adalah SLTA dengan jumlah 15 orang (42,9%). Hal ini sejalan dengan teori pada penelitian yang dilakukan Ika, dkk (2019) di Banjarmasin bahwa usia yang paling baik adalah lebih dari 20 tahun dan kurang dari 35 tahun, sehingga diharapkan status gizi ibu hamil akan lebih baik.

Ada berbagai faktor yang saling berpengaruh dan tidak menutup kemungkinan juga umur ibu yang produktif untuk hamil (20-35 tahun) mengalami kekurangan gizi karena faktor lain diluar pribadi ibu yang memiliki pengaruh besar seperti mutu zat yang dikonsumsi dan jumlah asupan makanan yang biasanya di konsumsi ibu selama hamil tidak sesuai dengan kebutuhan yang seharusnya. Akhirnya menyebabkan ibu hamil kekurangan nutrisi yang adekuat yang menyebabkan faktor resiko terjadinya gizi buruk pada ibu hamil (Sipahutar, Aritonang dan Siregar, 2017).

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian dari Puspitaningsih (2017) menemukan bahwa seseorang dengan pendidikan SMA rata-rata memiliki pengetahuan yang lebih baik. Hal ini disebabkan karena dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi maka akan semakin mudah untuk menerima informasi maka akan semakin banyak pula pengetahuan yang dimiliki, dalam hal ini pengetahuan yang terkait nutrisi pada ibu hamil atau ibu nifas. Sebaliknya, ibu yang memiliki pendidikan dasar (SD dan SMP) akan menghambat perkembangan sikap sampel terhadap nilai-nilai yang baru diperkenalkan dan tidak mendapat pengetahuan baru sehingga mempunyai pengetahuan kurang. Pernyataan ini diperkuat oleh pendapat Wawan dan Dewi (2019) dalam bukunya yang berjudul Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Manusia yang menyebutkan bahwa pendidikan diperlukan untuk mendapat informasi misalnya hal-hal yang menunjang kesehatan sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup. Pendidikan dapat mempengaruhi seseorang termasuk juga perilaku seseorang akan pola hidup terutama dalam memotivasi untuk sikap berperan serta dalam pembangunan pada umumnya makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah menerima informasi.

Pekerjaan dapat berpengaruh terhadap status ekonomi. Ibu yang bekerja memiliki penghasilan sendiri sehingga lebih mudah untuk memenuhi kebutuhan gizinya, karena tidak bergantung dari pendapatan suami. Status gizi adalah ukuran keberhasilan dalam pemenuhan nutrisi untuk ibu hamil. Status gizi juga didefinisikan sebagai status kesehatan yang dihasilkan oleh keseimbangan antara kebutuhan dan masukan nutrisi. Gizi secara langsung dipengaruhi oleh asupan makanan dan penyakit, khususnya penyakit infeksi. Salah satu faktor lain adalah keterbatasan ekonomi yang berarti tidak mampu membeli bahan makanan yang berkualitas baik, sehingga mengganggu pemenuhan gizi.

Hal ini sesuai dengan pernyataan bahwa ekonomi seseorang mempengaruhi dalam pemilihan makanan yang akan dikonsumsi sehari-harinya. Seorang dengan ekonomi tinggi kemudian hamil maka kemungkinan besar sekali gizi yang dibutuhkan tercukupi ditambah lagi adanya pemeriksaan membuat gizi ibu semakin terpantau (Kristiyanasari, 2016).

Menurut Thomas yang dikutip oleh Nursalam (2019), pekerjaan adalah kebutuhan yang harus dilakukan terutama untuk menunjang kehidupannya dan kehidupan keluarga. Pekerjaan bukanlah sumber kesenangan, tetapi cara mencari nafkah, berulang dan banyak tantangan. Seseorang yang kehidupannya tidak disibukkan dengan pekerjaan mempunyai kesempatan lebih untuk mendapatkan informasi baik melalui tenaga kesehatan atau media informasi (TV, radio, tabloid, atau majalah kesehatan, leaflet dan koran) dan kegiatan lain yang bersifat menambah pengalaman (Suryatni, 2004, dalam Handayani dan Budianingrum, 2011).

Menurut asumsi peneliti, usia, pendidikan dan pekerjaan dimana dengan bertambah usia maka akan lebih banyak mempunyai kesempatan untuk memperoleh pengetahuan dan informasi, sedangkan pendidikan dapat menentukan berfikir kritisnya seseorang dalam bertindak atau memilih sesuatu yang berguna untuk dirinya dan pekerjaan dapat mempengaruhi wawasan pemahaman dan daya tangkap ibu dalam menentukan kesehatannya.

2. Pengetahuan Ibu Dalam Menerapkan Gizi Seimbang

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa pengetahuan responden tertinggi yaitu cukup sebanyak 24 orang (68,6%) dan terendah yaitu baik adalah 11 orang (31,4%). Pada penelitian ini memperlihatkan bahwa sebagian besar ibu hamil memiliki pengetahuan yang cukup tentang gizi dalam kehamilan. Menurut Notoatmodjo (2017) Pengetahuan adalah merupakan hasil "tahu" dan ini terjadi setelah orang mengadakan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan objek terjadi melalui panca indera manusia yakni penglihatan, pendengaran, penciuman, raba dan rasa sendiri. Pada waktu penginderaan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian persepsi terhadap objek. Sebagian pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga.

Pengetahuan yang cukup tentang gizi kehamilan disebabkan karena mayoritas tingkat pendidikan ibu hamil dalam penelitian ini adalah SMA. Ibu dengan tingkat pendidikan yang tinggi akan semakin mudah untuk menerima dan mencerna informasi. Menurut Notoatmodjo (2017), semakin tinggi pendidikan akan semakin mudah untuk menerima informasi dan pada akhirnya makin banyak pula pengetahuan yang dimiliki serta pengetahuan tersebut mendasari perilaku seseorang. 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 (Proverawati dan Asfiah, 2019).

Pada penelitian ini juga terdapat ibu hamil dengan tingkat pengetahuan yang kurang tentang gizi dalam kehamilan. Pengetahuan ibu hamil yang kurang tentang gizi kehamilan berpengaruh terhadap konsumsi makanan yang dibutuhkan selama kehamilan. Pengetahuan yang kurang menjadikan responden tidak mengetahui makanan apa saja yang dibutuhkan untuk memenuhi nutrisi selama kehamilan. Menurut Surasih (2015), kurangnya pengetahuan ibu hamil tentang gizi selama hamil dapat menyebabkan kurangnya makanan bergizi selama hamil karena pada dasarnya pengetahuan tentang gizi ibu hamil sangat berguna bagi sang ibu sendiri, karena itu kebutuhan energi dan zat gizi lainnya sangat meningkat selama kehamilan. Ibu dengan pengetahuan yang baik mengerti dengan benar betapa diperlukannya peningkatan energi dan zat gizi yang cukup akan membuat janin tumbuh dengan sempurna

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ilmiani TK, Anggraini DI, & Hanriko R tahun 2020 di Puskesmas Bandar Lampung yang menyatakan sebagian besar responden yaitu 49,2% memiliki pengetahuan gizi ibu hamil yang baik. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Cahyaningsih S tahun 2019 yang berjudul Hubungan Tingkat Pengetahuan tentang Gizi Ibu Hamil dengan Taksiran Berat Janin Trimester III Di Puskesmas Galur II, Kulon Progo yang menyatakan bahwa sebagian besar responden sebanyak 91,1% memiliki pengetahuan yang baik

Menurut asumsi peneliti, sebagian besar responden memiliki pengetahuan tentang gizi yang cukup dikarenakan ibu hamil mendapatkan informasi terkait kebutuhan gizi ibu hamil melalui media social. Selain itu Puskesmas juga rutin melakukan penyuluhan kesehatan yang dibantu oleh kader desa.

3. Status Gizi Pada Ibu Hamil

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa status gizi ibu hamil tertinggi yaitu baik sebanyak 19 orang (54,3%) dan terendah yaitu gizi kurang baik adalah 16 orang (45,7%).

Status gizi merupakan keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat gizi, dimana zat gizi sangat dibutuhkan oleh tubuh sebagai sumber energi, pertumbuhan dan pemeliharaan jaringan tubuh, serta pengatur proses tubuh (Auliya et al., 2015) dalam buku (Septikasari, 2018). Status gizi merupakan syarat kesehatan seseorang yang dipengaruhi oleh pola makan, kecukupan zat gizi yang terkandung dalam tubuh dan integritas metabolisme yang normal. Status gizi normal didapatkan dengan keseimbangan konsumsi makanan dan penggunaan zat gizi secara normal dalam tubuh. Malnutrisi disebabkan oleh asupan makanan yang tidak seimbang dan penggunaan zat gizi yang salah dalam buku (Sulfianti et al., 2021).

Ibu yang sedang hamil perlu memperhatikan asupan gizinya selama kehamilan sebagai penunjang kesehatan ibu dan janin maupun untuk keperluan pertumbuhan dan perkembangan janin (Fitriah et al., 2018) dalam (Istiadzah, 2022). Hasil penelitian ini sejalan dengan

penelitian Andriani (2015) di Kelurahan Sukamaju Kota Depok tentang gambaran status gizi ibu hamil berdasarkan ukuran lingkaran lengan atas (LILA) menyatakan bahwa sebagian besar responden yaitu 85% memiliki status gizi dengan kategori baik.

Asumsi peneliti, hal ini dikarenakan kesadaran ibu untuk mencari informasi tentang kebutuhan gizi selama hamil yang tinggi, akses untuk mencari informasi tersebut juga mudah didapatkan sehingga ibu hamil berusaha memenuhi nutrisi selama kehamilan yang mengakibatkan status gizi ibu hamil juga normal.

4. Hubungan Pengetahuan Ibu Dalam Penerapan Gizi Seimbang Dengan Status Gizi Pada Ibu Hamil

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa dari 35 responden sebagian besar pengetahuan ibu cukup dengan status gizi kurang baik ada 40,0%, hanya 28,6% yang baik dan sebagian besar pengetahuan ibu baik dengan status gizi baik ada 25,7%, hanya 5,7% yang kurang baik. Hasil uji statistik *chi-square* didapatkan nilai $p\text{ value } 0,035 \leq 0,05$ berarti dapat disimpulkan ada perbedaan proporsi status gizi baik yang pengetahuan ibu cukup dengan pengetahuan ibu kurang, artinya H_0 ditolak dan H_a diterima (ada hubungan pengetahuan ibu dalam penerapan gizi seimbang dengan status gizi pada ibu hamil di Puskesmas Kute Siantan).

Menurut Soekirman (2015), Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian kurang gizi pada ibu hamil yaitu: Faktor biologi: (paritas, umur dan jarak kehamilan), sosial ekonomi, pendapatan keluarga, pendidikan, produksi pangan dan pelayanan kesehatan, budaya, penyakit infeksi, pengetahuan dan pola konsumsi. Menurut asumsi peneliti selain pengetahuan kemungkinan ibu hamil yang mengalami KEK bisa disebabkan dari salah satu faktor diatas.

Hal ini sejalan dengan teori Dewi dan Wawan (2015) bahwa pengetahuan itu sendiri dipengaruhi oleh faktor pendidikan formal, diharapkan bahwa dengan pendidikan yang tinggi maka orang tersebut akan semakin luas pula pengetahuannya. Namun, bukan berarti seseorang yang berpendidikan rendah mutlak berpengetahuan rendah pula. Pengetahuan seseorang tentang suatu objek mengandung dua aspek, yaitu aspek positif dan negatif yang akan menentukan sikap seseorang. Semakin banyak aspek positif dan objek yang diketahui, maka akan menimbulkan sikap makin positif terhadap objek tertentu.

Pengetahuan gizi ibu yang baik kemungkinan akan memberikan gizi yang cukup pada bayinya terlebih apabila ibu memasuki masa 90 ngidam, biasanya perut enggan dimasuki makanan apapun yang bergizi, karena rasa mual yang dirasakan, justru akan memilih makanan dengan rasa segar dan asam, maka ibu akan berusaha untuk memenuhi kebutuhan gizinya dan juga bayinya. Namun apabila ibu selama ngidam tidak mau mengalahkan rasa mual, maka konsumsi gizi pada ibu akan kekurangan gizi berdampak terjadinya KEK (Proverawati, 2016).

Didukung penelitian yang dilakukan oleh Triatmadja (2017) menunjukkan mayoritas subyek telah menerapkan kebiasaan makan yang baik yaitu sebanyak tiga kali dalam sehari (93%) dengan kualitas pangan yang cukup baik (67,6%). Hanya sebanyak 32,4% subyek yang konsumsi pangannya tidak beragam (< 5 kelompok pangan). Hal ini tidak sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmaniar dkk (2016) bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan kejadian KEK pada ibu hamil di Tampa Padang, Kabupaten Mamuju, Sulawesi Barat. Pengetahuan merupakan faktor yang sangat penting dalam membentuk perilaku setiap individu, termasuk perilaku kesehatan individu tersebut. Perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan bertahan lama dibandingkan dengan perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan.

Hal ini didukung pula oleh penelitian yang dilakukan oleh Ilmiani TK, Anggraini DI, & Hanriko R tahun 2020 yang berjudul Hubungan Pengetahuan Gizi Ibu Hamil terhadap Peningkatan Berat Badan Selama Kehamilan di Puskesmas Bandar Lampung yang menyatakan bahwa terdapat hubungan pengetahuan gizi pada ibu hamil terhadap peningkatan berat badan selama kehamilan di Puskesmas Bandar Lampung dengan nilai $p = 0,003$. Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa pengetahuan gizi pada ibu hamil mempengaruhi peningkatan berat badan selama kehamilan. Status gizi ibu hamil juga bisa ditentukan dari peningkatan berat badan yang normal selama kehamilan.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan 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” menyatakan 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 orang (85,3%) responden, sedangkan ibu hamil yang mempunyai pengetahuan kurang dengan status gizi kurang sebanyak 6 orang (54,5%) responden, maka didapat nilai $p=0,048$.

Menurut analisa peneliti, tidak adanya hubungan pengetahuan dengan status gizi ibu karena seluruh responden yang memiliki pengetahuan cukup baik. Oleh karena itu tinggi atau rendahnya pengetahuan tidak dapat mempengaruhi status gizi pada ibu hamil. Prilaku dan sikap ibu serta faktor lain juga mempengaruhi. Hal ini dapat terjadi karena mereka kurang memenuhi asupan gizi baik sebelum hamil ataupun setelah hamil. Hal ini dikarenakan pengetahuan responden yang cukup baik mempengaruhi responden untuk memeriksakan kehamilannya ke fasilitas kesehatan dan memenuhi nutrisi gizi dalam makanan yang dikonsumsi ibu hamil meski tidak didukung dengan pendidikan, pendapatan, dan pekerjaan yang baik dalam memenuhi kebutuhan nutrisi gizi ibu selama kehamilan. Pengetahuan responden yang cukup baik pada penelitian ini dipengaruhi oleh peran bidan yang sangat aktif dan antusias dalam kelas ibu hamil dan posyandu posyandu memberikan himbauan kepada responden mengenai pentingnya pemenuhan nutrisi gizi pada makanan ibu hamil. Ibu hamil selain mengikuti kelas ibu hamil juga, banyak mengikuti kegiatan PKK baik di tingkat desa maupun RW, arisan Dasa Wisma juga rutin di ikuti oleh ibu hamil setiap seminggu sekali. Selain itu, pemenuhan gizi ibu hamil dipengaruhi oleh salah satu faktor, yaitu dukungan dari suami, keluarga, dan tenaga kesehatan. Tanpa dukungan dari orang terdekat maka suatu tujuan tidak akan tercapai dengan baik. Seperti dukungan materiil untuk memenuhi kebutuhan gizi ibu hamil. Apabila mengalami keterbatasan ekonomi maka hal tersebut juga akan berpengaruh terhadap kecukupan status gizi ibu hamil.

D.Penutup

Setelah peneliti melakukan pengkajian, perencanaan, implementasi dan evaluasi tentang hubungan pengetahuan ibu dalam menerapkan gizi seimbang dengan status gizi pada ibu hamil di Puskesmas Kute Siantan tahun 2023 maka dapat ditarik kesimpulan: 1) Karakteristik umur responden 20-30 tahun yaitu 68,6%. Pekerjaan responden ibu rumah tangga yaitu 45,7%. Pendidikan responden SLTA yaitu 42,9%. 2) Pengetahuan ibu dalam menerapkan gizi seimbang yaitu cukup 45,7%. 3) Status gizi pada ibu yaitu gizi baik 57,1%. 4) Ada hubungan pengetahuan ibu dalam penerapan gizi seimbang dengan status gizi pada ibu hamil di Puskesmas Kute Siantan dengan nilai $p\text{-value } 0,02 \leq 0,05$

Daftar Pustaka

- Anambas, D. (2020). Tahun 2021.
- Andarwulan, S., Anjarwati, N., Alam, H. S., Aryani, N. P., Afrida, B. R., Bintanah, S., Citrawati, N. K., Erlinawati, N. D., Susilawati, D., Lisa Trina Arlym, F. F. J., & Chinthia Kartikaningtias Nur Fadri Nilakesuma. (2022). Gizi Pada Ibu Hamil.
- ATIQOH, R. N. (2020). Kupas Tuntas Hiperemesis Gravidarum (Mual Muntah Berlebih Dalam Kehamilan).
- Diki Retno Yuliani, E. S., Astuti, A., Ani, W. M., Muyassaroh, Y., Dewi, E. A. N. R. K., Sulfianti, Ismawati, Isharyanti, O. M. S., Faizah, S. N., Aini, R. F. M. F. N., Astuti, E. D., & Argaheni, N. B. (2021). Asuhan Kehamilan.
- Fitria, A. H., Nyoman, I. D., Riyadi, B. D., & Bakri, B. (2018). Buku Praktis Gizi Ibu Hamil.
- Gustiansyah, E. (2022). Hubungan Status Gizi Ibu Saat Hamil Dengan Kategori Stunting Pada Balita Di Puskesmas Tanjung Haloban. 1.
- Hafid, A., & Hasrul. (2021). Hubungan Kejadian Pandemi COVID 19 Dengan Kecemasan Ibu Hamil Trimester Ketiga. 6(2), 151–155.
- Istiadzah, N. B. (2022). Hubungan Status Gizi Ibu Hamil Dengan Kejadian Stunting Literature

- Review Stunting Literature Review Untuk Memenuhi Persyaratan Memperoleh Gelar S1 Ilmu Keperawatan.
- Ilmiani, T. K., Angraini, D. I., & Hanriko, R. (2020). Hubungan pengetahuan gizi ibu hamil terhadap peningkatan berat badan selama kehamilan di Puskesmas Bandar Lampung. *Jurnal Majority*, 9(1), 29-34.
- Kepri, D. (2021). Laporan Akuntabilitas Kinerja Instansi Pemerintah Program Pemi Kesehatan Masyarakat (Satker 03).
- Kesehatan, K. D. (2022). Gizi Seimbang Ibu Hamil.
- Notoadmodjo. (2019). Pengantar Ilmu Perilaku Kesehatan.
- Notoatmodjo. (2017). "Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta."
- Notoatmodjo, S. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurasmi. (2021). Manfaat Omega 3 Terhadap Nutrisi Janin : Studi Pengetahuan Ibu Hamil.
- Nursalam. (2017). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis. Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis.
- Prabayukti, A. P. (2019). Hubungan Antara Kekurangan Energi Kronis Dan Kejadian Berat Badan Lahir Rendah Di Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2019.
- Proverawati, A. (2016). Gizi Untuk Kebidanan. In Nuha Medika. <https://doi.org/10.1103/Physrevlett.98.021101>
- Puspitaningsih, Dwiharini. 2017. Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan Ibu Tentang Pemenuhan Kebutuhan Nutrisi Pada Ibu Nifas.
- RI, K. (2019). Tanda Bahaya Kehamilan Yang Harus Diketahui Oleh Ibu Hamil.
- RI, K. (2021). Laporan Kinerja Kementerian Kesehatan.
- RI, K. (2022a). Gizi Seimbang Ibu Hamil.
- RI, K. (2022b). Pengaruh Masalah Gizi Pada Ibu Hamil.
- Septikasari, M. (2018). Status Gizi Anak Dan Faktor Yang Mempengaruhi.
- Sugiyono, P. Dr. 2019. Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, R&D (Cetakan Ke 26).
- Sulfianti, S., Sutrio, S., Novela, V., Saragih, E., Dini, J., Sari, C. R., Maharani, H., & Argaheni, N. B. (2021). Penentuan Status Gizi.
- Susanti, & Ulpawati. (2021). Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan Buku Pintar Ibu Hamil.
- Trifiana, A. (2020). Lingkar Lengan Atas (LILA) Normal Wanita.
- WHO. (2018). Food Security And Nutrition In The World The State Of Building Climate Resilience For Food Security And Nutrition.
- Wibisono, H., & Dewi, A. B. F. K. (2009). Solusi Sehat Seputar Kehamilan.
- Wigawati, R. (2016). Gizi Seimbang Untuk Ibu Hamil.
- Wijianto, Said, R., & Galenso, N. (2022). Nutritional Status Of Pregnant Women And Multiple Micronutrient Compliance In 10 Villages Of Stunting Locus In Banggai District. 16(1), 98–102.
- Wulandari, C. L., Risyati, L., Maharani, Kaltsum, U., Saleh, Kristin, D. M., Mariati, N., Hanifah, A. N., Wariyaka, M. R., Lathifah, N. S., & Khanifah, M. (2021). Asuhan Kebidanan Kehamilan.
- Yulaikhah, L. (2009). Seri Asuhan Kebidanan: Kehamilan.