
Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Nutrisi Selama Hamil di Klinik Budi Mulia Medika Palembang Tahun 2022

Leny¹, Tirta Anggraini²

Akademi Kebidanan Budi Mulia Palembang^{1,2}

Informasi Artikel :

Diterima : 28 Mei 2022

Direvisi : 05 Juni 2022

Disetujui : 25 Juni 2022

Diterbitkan : 30 Juni 2022

*Korespondensi Penulis :

Tirtaanggraini1705@gmail.com

ABSTRAK

Asupan gizi ibu hamil menjadi faktor penting baik untuk pemenuhan nutrisi ibu hamil ataupun untuk pertumbuhan dan perkembangan janin dalam kandungan. Dalam hal ini asupan gizi ibu hamil akan memengaruhi kesehatan ibu dan janin dalam kandungan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil tentang Nutrisi Selama hamil Di Klinik Budi Mulia Medika Palembang Tahun 2022. Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil yang datang berkunjung ke Klinik Budi Mulia Palembang pada saat penelitian di lakukan yang berjumlah 53 orang. Sampel penelitian ini diambil secara *non random sampling* dengan sampel penelitian adalah total populasi yaitu ibu hamil yang datang berkunjung ke Klinik Budi Mulia Palembang pada saat penelitian di lakukan. Data yang diperoleh menggunakan analisis univariat dengan melihat tabel distribusi frekuensi di dapatkan sebanyak 24 responden (45,3%) memiliki pengetahuan baik, 23 responden (43,4 %) memiliki pengetahuan cukup, dan sebanyak 6 responden (11,3%) memiliki pengetahuan kurang tentang nutrisi selama hamil. Dari hasil penelitian ini, menyarankan kepada petugas kesehatan untuk dapat lebih banyak memberikan informasi mengenai kebutuhan nutrisi selama hamil dan makanan-makanan apa yang harus di hindari dan di kurangi selama kehamilan agar ibu hamil dapat menjalani kehamilannya dengan aman dan kebutuhan nutrisi hamil dapat terpenuhi dengan baik.

Kata kunci : Nutrisi Selama hamil, pengetahuan

ABSTRACT

The nutritional intake of pregnant women is an important factor both for the fulfillment of nutrition for pregnant women or for the growth and development of the fetus in the womb. In this case, the nutritional intake of pregnant women will affect the health of the mother and fetus in the womb. The purpose of this study was to determine the description of knowledge of pregnant women about nutrition during pregnancy at the Budi Mulia Medika Clinic, Palembang in 2022. The research design used was descriptive research. The population in this study were pregnant women who came to visit the Budi Mulia Clinic in Palembang at the time of the study, totaling 53 people. The sample of this study was taken by non-random sampling with the research sample being the total population, namely pregnant women who came to visit the Budi Mulia Clinic in Palembang. at the time the research was conducted. The data obtained using univariate analysis by looking at the frequency distribution table obtained as many as 24 respondents (45.3%) had good knowledge, 23 respondents (43.4%) had sufficient knowledge, and as many as 6 respondents (11.3%) have less knowledge about nutrition during pregnancy

From the results of this study, it is suggested to health workers to be able to provide more information about nutritional needs during pregnancy and what foods should be avoided and reduced during pregnancy so that pregnant women can have a safe pregnancy and the nutritional needs of pregnant women can be met by bro good

Keywords: *Nutrition During pregnancy, knowledge*

PENDAHULUAN

Menurut Departemen Kesehatan Republik Indonesia (Depkes RI) 2015, lima penyebab terbesar AKI di Indonesia adalah perdarahan, hipertensi dalam kehamilan (HDK), infeksi, partus lama / macet dan abortus. Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI menyebutkan bahwa perdarahan menjadi penyebab utama kematian ibu selama tahun 2010-2013. Salah satu faktor penyebab peningkatan resiko perdarahan post partum adalah anemia (Proverawati dan Asfufah, 2009).

Kondisi peningkatan kebutuhan zat besi dan kurangnya konsumsi zat besi atau Fe yang termasuk dalam kebutuhan nutrisi yaitu mineral pada saat kehamilan, menjadi penyebab tertinggi anemia pada ibu hamil (Mangkuji, 2013).

Gizi seimbang adalah susunan pola hidangan dalam sehari yang memenuhi zat gizi dimana didalamnya itu ada juga prinsip gizi seimbang diantaranya adalah aktivitas fisik harus ditingkatkan, keanekaragaman makanan yang harus kita makan setiap hari, menerapkan pola hidup bersih dan sehat serta yang paling utama juga harus memantau berat badan yang normal untuk menghindari masalah gizi. Asupan gizi ibu hamil menjadi faktor penting baik untuk pemenuhan nutrisi ibu hamil ataupun untuk pertumbuhan dan perkembangan janin dalam kandungan. Tubuh akan mengalami banyak perubahan fisik dan hormone di masa kehamilan. Dalam hal ini asupan gizi ibu hamil akan memengaruhi kesehatan ibu dan janin dalam kandungan.

Aspek nutrisi merupakan bagian penting selama kehamilan hingga 2 tahun setelah melahirkan. Periode ini dinamakan periode emas. Ibu hamil yang mendapatkan gizi seimbang dan baik diharapkan dapat

terhindar dari resiko kesehatan baik bagi janin dan ibu.

Masalah nutrisi di Indonesia dan di negara berkembang umumnya masih didominasi oleh masalah Kurang Energi Kronis (KEK), masalah Anemia Defisiensi Besi, masalah Gizi Akibat Kekurangan Iodium (GAKI), masalah Kurang Vitamin A (KVA) dan masalah obesitas terutama di kota-kota besar. Kejadian anemia sangat erat kaitannya dengan kekurangan nutrisi pada ibu hamil, yaitu kekurangan zat besi (Fe) dan asam folat yang terkandung dalam makanan sehari-hari (Supariasa, Bakri, Fajar, 2014).

Nutrisi pada ibu hamil sangat berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan janin. Jika seorang ibu hamil mendapatkan asupan nutrisi yang cukup dan seimbang, maka janin yang dikandungnya juga akan sehat. Namun apabila seorang ibu mempunyai permasalahan dalam pemenuhan nutrisi pada saat kehamilannya, maka akan berdampak tidak baik atau menyebabkan kelainan pada janin yang ada dalam kandungannya. Jika seorang ibu hamil mengalami anemia akibat kekurangan Fe dan berlangsung lama, akan berpengaruh pada penurunan jumlah darah untuk membawa oksigen, akibatnya janin tidak bisa mendapat cukup oksigen yang dibutuhkan untuk pertumbuhan normal, khususnya pada otak. Akibat lain yang terjadi karena anemia adalah resiko persalinan preterm meningkat. Saat persalinan, jumlah perdarahan yang lebih dari normal (>500ml) memungkinkan ibu mengalami infeksi setelah melahirkan (Fathonah, 2016).

Secara nasional berdasarkan data Riskesdas (2018) cakupan ibu hamil yang mendapatkan tablet tambah darah pada tahun 2018 sebesar 73,2%, data tersebut belum mencapai target program tahun 2018 yaitu sebesar 95% ibu hamil mendapatkan tablet

tambah darah. Provinsi Sumatera selatan merupakan salah satu provinsi dengan angka cakupan tablet tambah darah pada tahun 2018 diatas angka nasional yaitu 91,52%. Dengan total kejadian anemia pada ibu Hamil sebanyak 28,3%. Berdasarkan data Dinas kesehatan Kota Palembang tahun 2018 prevalensi kejadian Anemia pada ibu hamil di kota Palembang mencapai 6,2% atau sekitar 1793 ibu hamil di kota Palembang mengalami anemia dalam kehamilan. (Dinkes Kota Palembang, 2018).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Puspitasari pada tahun 2013, pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting dan berpengaruh terhadap tindakan seseorang. Ibu hamil yang memiliki pengetahuan baik tentang nutrisi selama kehamilan sebagian besar akan memiliki kesadaran untuk memenuhi kebutuhan nutrisinya dengan baik juga, namun apabila pengetahuannya kurang akan salah dalam memenuhi kebutuhan nutrisinya selama kehamilan. Hasil dari penelitian ini diperoleh data 1orang (91%)ibu hamil dengan pengetahuan baik mengalami anemia dan 5orang(83,3%)ibu hamil dengan pengetahuan kurang hampir seluruhnya mengalami anemia

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil yang datang berkunjung ke Klinik Budi Mulia Palembang pada saat penelitian di lakukan yang berjumlah 53 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah Accidental

HASIL PENELITIAN

1. Karakteristik Responden

Karakteristik responden pada penelitian ini dikelompokkan berdasarkan usia, pendidikan dan pekerjaan dengan jumlah 53 ibu hamil yang disajikan pada tabel dibawah ini :

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Ibu Hamil di Klinik Budi Mulia Medika Palembang Tahun 2022. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel :

Karakteristik	Frekuensi	Persentase(%)
Usia		
< 20Tahun	3	5,6
20 - 35 Tahun	39	73,6
> 35Tahun	11	20,8

sampling yaitu pengambilan sampel secara aksidental (accidental) dengan mengambil responden yang kebetulan ada atau tersedia di pada saat penelitian di lakukan.Sampel dalam penelitian ini diambil secara *non random sampling* dengan sampel penelitian adalah total populasi yaitu ibu hamil yang datang berkunjung ke Klinik Budi Mulia Palembang pada saat penelitian di lakukan yang berjumlah 53 orang.Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini menggunakan data primer. Data primer merupakan data yang diperoleh dan didapatkan secara langsung dari responden pada saat meneliti. Teknik pengumpulan data dengan menggunakan data primer yaitu dengan pengisian kuesioner pada ibu hamil yang datang berkunjung ke Klinik Budi Mulia Medika Palembang pada Tanggal 18 April s.d 01 Mei 2022.

Analisa univariat dilakukan untuk mengetahui distribusi frekuensi variabel dari hasil penelitian, pada umumnya dalam analisa ini hanya menghasilkan distribusi dan persentase dari tiap variabel.

Analisa ini dilakukan untuk mengetahui distribusi frekuensi dari variabel pengetahuan ibu. Data disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan teks akan diuraikan sebagai berikut :Variabel Pengetahuan dibagi menjadi 3 kategori yaitu Baik (bila $\geq 76-100$ % pertanyaan di jawab dengan benar), Cukup (bila 60-75 % pertanyaan di jawab dengan benar), Kurang (bila < 60 % pertanyaan di jawab dengan benar).

Pendidikan		
SD/SMP	1	1,8
SMA	8	15,1
Perguruan Tinggi	31	58,5
Tidak Sekolah	13	24,6
Pekerjaan		
Ibu Rumah Tangga	21	39,6
Swasta	10	18,9
Buruh PNS	8	15,1
Lainnya	9	17
	5	9,4
Jumlah	53	100

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Nutrisi Selama Hamil di Klinik Budi Mulia Medika Palembang Tahun 2022

No	Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Nutrisi Selama Hamil	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Baik	24	45,3
2.	Cukup	23	43,4
3.	Kurang	6	11,3
Jumlah		53	100,0

Berdasarkan tabel 2 di atas sebanyak 24 responden (45,3%) memiliki pengetahuan baik, 23 responden (43,4 %) memiliki pengetahuan cukup, dan sebanyak 6 responden (11,3%) memiliki pengetahuan kurang tentang nutrisi selama hamil. Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Nutrisi Selama hamil di Klinik Budi Mulia Medika Palembang Tahun 2022

Variabel Pengetahuan dibagi menjadi 3 kategori yaitu Baik (bila $\geq 76-100$ % pertanyaan di jawab dengan benar), Cukup (bila 60-75 % pertanyaan di jawab dengan benar), Kurang (bila < 60 % pertanyaan di jawab dengan benar) yang terdiri dari pengertian, kebutuhan nutrisi selama hamil, dampak jika nutrisi kurang dan makanan yang harus dihindari selama hamil, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel :

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Nutrisi Selama Hamil di Klinik Budi Mulia Medika Palembang Tahun 2022

No	Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Nutrisi Selama Hamil	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Pengertian Nutrisi		
	Baik	26	49,1
	Cukup	25	47,2
	Kurang	2	3,7
2.	Kebutuhan Nutrisi selama hamil		
	Baik	23	43,4
	Cukup	9	16,9
	Kurang	21	39,7

3. Dampak jika nutrisi kurang		
Baik		
Cukup	30	56,6
Kurang	16	30,2
	7	13,2
4. Makanan yang Harus Dihindari		
Baik		
Cukup	18	33,9
Kurang	19	35,9
	16	30,2
Jumlah	53	100,0

Berdasarkan tabel 3 diatas Pengetahuan ibu hamil tentang pengertian nutrisi dengan pengetahuan baik sebanyak 26 responden (49,1%), pengetahuan ibu hamil tentang kebutuhan nutrisi selama hamil dengan pengetahuan baik sebanyak 23 responden (43,3). Pengetahuan ibu hamil tentang dampak jika nutrisi kurang dengan pengetahuan baik sebanyak 30 responden (56,6) dan pengetahuan ibu tentang makanan yang harus di hindari dengan pengetahuan baik sebanyak 18 responden (33,9) .

PEMBAHASAN

A. Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Nutrisi Selama Hamil di Klinik Budi Mulia Medika Palembang tahun 2022

Berdasarkan hasil penelitian di Klinik Budi Mulia Medika Palembang dapat diketahui bahwa jumlah responden sebanyak 53 responden sebagian besar memiliki tingkat pengetahuan tentang nutrisi selama hamil yang baik sebesar 24 responden (45,3%), sedangkan 23 responden (43,4%) memiliki tingkat pengetahuan yang cukup dan 6 responden(11,3%) memiliki tingkat pengetahuan yang kurang tentang nutrisi selama hamil di Klinik Budi Mulia Medika Palembang. Sebagian besar ibu hamil di Klinik Budi Mulia Medika Palembang berusia 20-35 tahun sebanyak 39ibu hamil(73,6%), dimana usia 20-35 tahun tersebut merupakan usiareproduktifdancukupmatang.

Penelitian membuktikan bahwa perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. Pengetahuan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu usia, pendidikan dan pekerjaan. hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hanifah(2013) bahwa usia 20-35tahun menunjukkan sifat berpikir yang sudah matang dan memiliki mental yang diperlukan

untuk mempelajari dan menyesuaikan diri pada situasi-situasi yangbaru, misalnya mengingat hal – hal yang dulu pernah dipelajari saat sekolah ataupun dipelajari dari luar sekolah.

Menurut Depkes RI (2006) dalam penelitian Zakirman (2012) jenjang pendidikan menengah keatas (SMA) memiliki pengetahuan dan kemampuan berpikir serta pengalaman yang cukup daripada tingkat pendidikan dibawahnya. Ibu hamil yang mayoritas pendidikan terakhirnya SMA lebih banyak menerima informasi melalui pendidikan atau media lain yang diajarkan disekolahnya.

B. Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Pengertian Nutrisi Pada Ibu Hamil

Berdasarkan hasil penelitian di Klinik Budi Mulia Medika Palembang diketahuibahwatingkatpengetahuanibu hamil tentang pengertian nutrisi selama hamil rata-rata dengan hasil pengetahuan baik yaitu sebanyak 26 Responden (49,1%), sedangkan 25 responden (47,2%) memiliki pengetahuan cukup dan 2 responden(3,6%) memiliki pengetahuan kurang.

Menurut Proverawati dan Wati (2011) nutrisi pada ibu hamil adalah zat yang terkandung dalam makanan yang dibutuhkan

selama masa kehamilan. Nutrisi pada ibu hamil adalah zat yang terkandung dalam makanan yang dibutuhkan selama masa kehamilan. Ibu hamil mayoritas memiliki pengetahuan baik tentang pengertian nutrisi selama hamil karena mendapat informasi dari luar maupun pengalaman pribadi. Hal ini sesuai dengan teori yang dituliskan oleh Lestari (2015) yaitu faktor - faktor yang mempengaruhi pengetahuan antara lain adalah pengalaman dan informasi. Pengalaman berkaitan dengan umur dan pendidikan seseorang. Pendidikan yang tinggi, maka pengalaman akan lebih luas. Sedangkan semakin tua umur seseorang maka pengalamannya akan semakin banyak dan seseorang yang mendapatkan informasi lebih banyak maka akan menambah pengetahuan yang lebih luas (Lestari, 2015).

C. Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Kebutuhan Nutrisi Selama Hamil.

Berdasarkan hasil penelitian di Klinik Budi Mulia Medika Palembang diketahui bahwa tingkat pengetahuan ibu hamil tentang kebutuhan nutrisi selama hamil rata-rata dengan hasil pengetahuan baik yaitu sebanyak 23 Responden (43,3%), sedangkan 9 responden (16,9%) memiliki pengetahuan cukup dan 21 responden (39,7%) memiliki pengetahuan kurang. Masih adanya ibu-ibu yang memiliki pengetahuan kurang dikarenakan kurangnya informasi tentang kebutuhan nutrisi selama hamil terutama kebutuhan zat-zat makanan tertentu seperti zat besi dan kebutuhan vitamin.

D. Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Dampak Jika Nutrisi Kurang Selama Hamil

Berdasarkan hasil penelitian di Klinik Budi Mulia Medika Palembang diketahui bahwa tingkat pengetahuan ibu hamil tentang dampak jika nutrisi kurang selama hamil rata-rata dengan hasil pengetahuan baik yaitu sebanyak 30 Responden (56,6%), sedangkan 16 responden (30,2%) memiliki pengetahuan cukup dan 7 responden (13,2%) memiliki pengetahuan kurang. Perbedaan pengetahuan ini di

mungkinkan karena kurangnya informasi yang di dapatkan oleh ibu, mayoritas ibu dengan pekerjaan ibu rumah tangga sehingga sumber informasi yang di dapatkan oleh ibu juga terbatas, berbeda dengan ibu yang pekerjaannya karyawan atau berkerja di luar rumah sehingga ibu ibu pekerja dapat berbagi informasi dan pengalaman seputar kehamilan dengan teman atau orang lain yang di temui di lingkungan kerjanya.

E. Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Makanan yang Harus Dihindari Selama Hamil

Berdasarkan hasil penelitian di Klinik Budi Mulia Medika Palembang diketahui bahwa tingkat pengetahuan ibu hamil tentang makanan yang harus dihindari selama hamil dengan hasil pengetahuan baik yaitu sebanyak 18 Responden (33,9%), 19 responden (35,9%) memiliki pengetahuan cukup dan 16 responden (30,2%) memiliki pengetahuan kurang. Menurut Fathonah (2016) ada beberapa jenis bahan makanan yang sebaiknya dihindari pada masa kehamilan yaitu makanan yang mengandung banyak gula dan lemak, sayuran yang tidak dicuci dengan baik, makanan yang dimasak kurang matang atau masih mentah, makanan yang memiliki kadar garam tinggi dan alkohol. Kurangnya pengetahuan ibu di mungkinkan kurang informasi yang di dapatkan berkaitan dengan jenis makanan yang harus di hindari selama kehamilan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian di Klinik Budi Mulia Medika Palembang tentang gambaran pengetahuan ibu hamil tentang kebutuhan nutrisi selama hamil dengan sampel sebanyak 53 responden didapatkan hasil penelitian sebagai berikut : Tingkat pengetahuan ibu hamil tentang nutrisi selama hamil dengan pengetahuan baik sebanyak 23 responden (43,3%), Tingkat pengetahuan ibu hamil tentang pengertian nutrisi selama hamil dengan pengetahuan baik sebanyak 26 responden (49,1%), Tingkat pengetahuan ibu hamil tentang kebutuhan nutrisi selama hamil dengan pengetahuan baik sebanyak 23 responden (43,4%), Tingkat pengetahuan ibu hamil tentang dampak jika nutrisi kurang

selama hamil dengan pengetahuan baik sebanyak 30 responden (56,6%), Tingkat pengetahuan ibu hamil tentang makanan yang harus di hindari selama hamil dengan pengetahuan baik sebanyak 18 responden (33,9%)

DAFTAR PUSTAKA

Manuaba, Ida Bagus Gde, 2017. *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan Keluarga Berencana*, Jakarta : Buku Kedokteran.

Prawirohardjo, Sarwono, 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.

Glasier, Anna, 2006. *Keluarga Berencana dan Kesehatan Reproduksi*. Jakarta : EGC.

Fathonah,S.(2016),*Gizi&KesehatanUntukIbu Hamil*.Edisi pertama,Erlangga,Jakarta,Indonesia.

Kristiyanasari, W. (2010), *Gizi Ibu Hamil*. Edisi pertama, NuMed, Yogyakarta, Indonesia.

Marmi, (2011), *Asuhan Kebidanan Pada Masa Antenatal*, Edisi pertama, PustakaPelajar, Yogyakarta, Indonesia.

Proverawati, Atikah.2011. *Anemia dan Anemia Kehamilan*. Nuha Medika: Yogyakarta.

Notoatmodjo, Soekidjo. 2018. *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta : Jakarta

Corwin, Elizabeth. J, 2009. *buku Saku Patofisiologi*. Jakarta : Buku Kedokteran.

Supariasa,D.N.(2014),*PenilaianStatusGizi*.Ed isikedua,EGC,Jakarta,Indonesia.

Susianto.(2010).*TheMiracleofVeganPolaHidupSehatataVegetarianMurni*.Edisi pertama, Qanita,Jakarta,Indonesia.

Wiknjastro, Hanifa, 2008. *Ilmu Kandungan*. Jakarta : Bina Pustaka.

Wawan, A dan Dewi M. (2011), *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Manusia*, Edisi pertama, Nuamedika, Yogyakarta, Indonesia.

Unicef Indonesia. 2012. Ringkasan Kajian Gizi Ibu dan Anak [https://www.unicef.org/indonesia/id/A6 - B Ringkasan Kajian Gizi.pdf](https://www.unicef.org/indonesia/id/A6-B-Ringkasan-Kajian-Gizi.pdf). Diakses pada tanggal 28 April 2022.