

SKRIPSI
HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DAN POLA KONSUMSI
DENGAN STATUS GIZI IBU HAMIL DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS CERME



NOURA RAFIE
NIM 191101003

PROGRAM STUDI SARJANA GIZI
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK
2023

HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DAN POLA KONSUMSI DENGAN STATUS GIZI PADA IBU HAMIL DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS CERME

NOURA RAFIF

ABSTRAK

Status gizi (LILA) ibu hamil menjadi salah satu indikator adanya masalah kesehatan seperti Kekurangan Energi Kronis (KEK), yang berisiko pada janin seperti berat badan lahir rendah. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan antara pengetahuan gizi dan pola konsumsi dengan status gizi pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme. Metode penelitian ini metode kuantitatif dengan jenis penelitian observasional analitik. Populasi sebanyak 73 ibu hamil dengan pengambilan sampel purposive sampling sebanyak 50 ibu hamil. Pengumpulan data menggunakan kuisioner pengetahuan, form *Estimated Food Record* dan form *Food Frequency Questionnaire* (FFQ). Analisis data menggunakan Uji korelasi *Spearman*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan pengetahuan gizi (Sig=0,027), intake energi (Sig=0,002), intake protein (Sig=0,004), intake karbohidrat (Sig=0,001) dan intake lemak (Sig= 0,002) dengan status gizi ibu hamil. Sebaliknya, tidak terdapat hubungan intake zat besi (Sig=0,347) dan intake asam folat (Sig=0,908) dengan status gizi ibu hamil. Di harapkan ibu hamil tetap menjaga asupan makanan selama kehamilan sehingga proses melahirkan lancar.

Kata Kunci : Status gizi, Kekurangan Energi Kronis (KEK), Ibu hamil

**THE RELATIONSHIP BETWEEN NUTRITION KNOWLEDGE AND
CONSUMPTION PATTERNS WITH THE NUTRITIONAL STATUS OF
PREGNANT WOMEN IN THE CERMA HEALTH CENTER WORKING
AREA**

NOURA RAFIF

ABSTARCT

The nutritional status (MUAC) of pregnant women is one of the indicators of health problems such as Chronic Energy Deficiency (CHD), which risks the fetus such as low birth weight. This study aims to analyze the relationship between nutritional knowledge and consumption patterns with nutritional status in pregnant women in the Cerme Health Center Working Area. This research method is quantitative method with analytic observational research type. The population was 73 pregnant women with purposive sampling of 50 pregnant women. Data collection using knowledge questionnaire, Estimated Food Record form and Food Frequency Questionnaire (FFQ) form. Data analysis using Spearmen correlation test. The results showed that there was a relationship between nutritional knowledge (Sig=0.027), energy intake (Sig=0.002), protein intake (Sig=0.004), carbohydrate intake (Sig=0.001) and fat intake (Sig=0.002) with the nutritional status of pregnant women. Conversely, there is no relationship between iron intake (Sig=0.347) and folic acid intake (Sig=0.908) with the nutritional status of pregnant women. It is expected that pregnant women continue to maintain food intake during pregnancy so that the delivery process is smooth.

Keywords : *Nutrition Status, Chronic Energy Deficiency, Pregnancy*

KATA PENGANTAR

Dengan menyebut nama Allah SWT yang Maha Pengasih lagi Maha Penayang, penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul: Hubungan Pengetahuan Gizi dan Pola Konsumsi dengan Status Gizi Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Cerma, sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Gizi di Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik.

Dalam penulisan skripsi ini, penulis menyadari sepenuhnya bahwa masih ada kekurangan baik dari segi susunan kalimat maupun tata bahasanya. Berkat bantuan, bimbingan, saran, nasihat dan kerjasama berbagai pihak terutama orang tua dan dosen pembimbing. Akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik

Oleh karena itu penulis menyampaikan terima kasih yang tak terhingga kepada pihak-pihak yang membantu dalam menyelesaikan skripsi ini, antara lain sebagai berikut :

1. Allah Subhanahu Wata'ala atas segala rahmat dan karunia-Nya
2. Kedua orang tua dan keluarga tersayang yang telah memberikan doa, semangat, motivasi, dan dukungan penuh dalam penyusunan skripsi ini.
3. Ibu Nadhirotul Laily, S.Psi., M.Psi., selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Gresik
4. Ibu Dr. Siti Hamidah, SST., M.Kes. selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik
5. Ibu Amalia Rahma, S.Gz., M.Si. selaku Ketua Program Studi Sarjana Gizi Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik
6. Ibu Desty Muzarofatus S, S.KM., M.Kes. selaku Dosen Pembimbing 1 yang telah membimbing dengan sabar serta meluangkan waktu, tenaga dan pikiran dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Ibu Dra. Eka Srirahayu A, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing 2 yang telah membimbing dengan sabar serta meluangkan waktu, tenaga dan pikiran dalam menyelesaikan skripsi ini.
8. Bapak Ibu Dosen serta seluruh staf di Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik

9. Kepala Puskesmas Cerme, yang telah mengizinkan penulis untuk melakukan penelitian dan ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme
10. Ibu Citra Nur Fadhillah Dwi Lestari, S. Gz., selaku Ahli gizi Puskesmas Cerme yang telah mengizinkan penulis untuk melakukan penelitian pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme
11. Teman, sahabat, alumni podi ilmu gizi, serta seluruh mahasiswa prodi ilmu gizi yang telah mendukung dan memberi motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini masih memiliki kekurangan dalam isi maupun dalam penyajiannya. Untuk itu penulis terbuka atas kritik dan saran yang membangun dari pembaca untuk penyempurnaan penyusunan skripsi ini

Akhir kata, dengan kerendahan hati, penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak serta bermanfaat bagi pengembangan ilmu.

Semoga semua kebaikan yang telah diberikan semua pihak mendapat balasan yang berlipat ganda dari Allah Subhanahu Wata'ala. Amin.

Gresik, 18 Juli 2023

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
PENGESAHAN.....	iii
PERSETUJUAN	iv
PERNYATAAN ORISINILITAS	v
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1-3
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan Penelitian	3
1.3.1 Tujuan Umum.....	3
1.3.2 Tujuan Khusus.....	3
1.4 Manfaat Penelitian	4
1.4.1 Bagi Penulis.....	4
1.4.2 Bagi Masyarakat.....	4
1.4.3 Bagi Institusi.....	4
1.5 Hipotesis Penelitian	4
BAB II.....	5
TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA TEORI.....	5
2.1 Pengetahuan Gizi	5
2.1.1 Pengertian Pengetahuan Gizi.....	5
2.1.2 Cara mendapatkan Pengetahuan	5-6
2.1.3 Tingkatan Pengetahuan.....	6-7
2.1.4 Faktor yang mempengaruhi Pengetahuan.....	7-8
2.1.5 Penentuan Pengukuran pengetahuan	8
2.2 Pola Konsumsi	8
2.2.1 Pengertian Pola Konsumsi	8-9
2.2.2 Ketentuan Pola Konsumsi.....	9-12
2.2.3 Kebutuhan zat gizi ibu hamil dalam pedoman gizi seimbang	12-18

2.2.4 Metode Pengukuran Pola Konsumsi Makanan.....	18-21
2.3 STATUS GIZI	21
2.3.1 Pengertian Status Gizi.....	21
2.3.2 Faktor yang mempengaruhi status gizi	21
2.3.3 Penilaian Status gizi ibu hamil	24
2.3.4 Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Status Gizi ibu Hamil	26
2.4 IBU HAMIL.....	27
2.4.1 Pengertian Kehamilan.....	27
2.4.2 Fase Trimester Kehamilan.....	27
2.5 KEKURANGAN ENERGI KRONIK (KEK)	28
2.5.1 Pengertian KEK.....	28
2.5.2 Patofisiologi KEK.....	28
2.5.3 Tanda dan Gejala KEK.....	28
2.5.4 Faktor penyebab KEK	29
2.5.5 Dampak KEK	31
2.6 Kerangka Teori	33
2.7 Kerangka Konsep.....	34
BAB III.....	35
METODE PENELITIAN.....	35
3.1 Jenis dan Desain Penelitian.....	35
3.2 Waktu Kegiatan	35
3.3 Lokasi/Tempat Kegiatan.....	35
3.4 Populasi dan Sampel Penelitian.....	35
3.4.1 Populasi Penelitian.....	35
3.4.2 Sampel Penelitian	35
3.5 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional.....	36
3.5.1 Variabel Penelitian.....	36
3.5.2 Definisi Operasional	36
3.6 Bahan dan Alat Penelitian.....	37
3.7 Teknik dan Instrumen pengumpulan Data	37
3.7.1 Teknik pengumpulan Data.....	37
3.7.2 Instrumen pengumpulan Data.....	40
3.8 Kerangka Operasional.....	41
3.9 Teknik Analisa Data	42
BAB IV.....	43

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	43
4.1 Hasil Penelitian.....	43
4.1.1 Gambar umum lokasi penelitian	43
4.1.2 Karakteristik Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme	44
4.1.3 Analisa Univariat	56-78
4.1.4 Analisa Bivariat	79
4.2 Pembahasan	85
4.2.1 Karakteristik responden di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme.....	85
4.2.2 Pengetahuan Gizi responden di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme	88
4.2.3 Pola konsumsi responden di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme	89
4.2.4 Status Gizi responden di wilayah kerja Puskesmas Cerme.....	95-96
4.2.5 Keberagaman Sumber bahan makanan responden di wilayah kerja Puskesmas Cerme	96-104
4.2.6 Hubungan antara pengetahuan gizi dengan status gizi pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme.....	104-105
4.2.7 Hubungan Pola konsumsi dengan status gizi pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme	105-110
BAB V	113
PENUTUP.....	113
5.1 KESIMPULAN.....	113
5.2 SARAN.....	114
5.2.1 Bagi Peneliti.....	114
5.2.2 Bagi masyarakat.....	114
5.2.3 Bagi Institusi	114
DAFTAR PUSTAKA.....	115-121
DAFTAR LAMPIRAN.....	122-146

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Angka Kecukupan Zat Gizi Makro pada Orang Indonesia dalam sehari Tahun 2019.....	10
Tabel 2. 2 Kebutuhan Karbohidrat pada Ibu hamil.....	13
Tabel 2. 3 Kebutuhan Protein pada Ibu Hamil.....	14
Tabel 2. 4 Kebutuhan Lemak pada Ibu Hamil	14
Tabel 2. 5 Kebutuhan Vitamin dan Mineral pada Ibu Hamil.....	15
Tabel 2. 6 Kebutuhan Air pada Ibu Hamil.....	16
Tabel 2. 7 Kebutuhan Zat besi pada Ibu Hamil	16
Tabel 2. 8 Kebutuhan Kalsium pada Ibu Hamil.....	17
Tabel 2. 9 Kebutuhan Asam Folat pada Ibu Hamil.....	17
Tabel 2. 10 Rekomendasi penambahan berat badan bagi ibu hamil.....	25
Tabel 3. 1 Definisi Oerasional	36
Tabel 3. 2 Hasil ukur Ambang Batas LILA ibu hamil.....	39
Tabel 3. 3 kategori tingkat kecukupan gizi	40
Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi karakteristik Desa Tempat tinggal di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme.....	44
Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden berdasarkan umur di Wilayah kerja Puskesmas Cerme	45
Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden berdasarkan Pendidikan Terakhir di Wilayah kerja Puskesmas Cerme	46
Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden berdasarkan Pekerjaan di Wilayah kerja Puskesmas Cerme	46
Tabel 4. 5 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT) sebelum hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme ..	47
Tabel 4. 6 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden berdasarkan Berat badan saat hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme.....	47
Tabel 4. 7 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden berdasarkan Tinggi Badan di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme	48
Tabel 4. 8 Distribusi Karakteristik Responden frekuensi pemeriksaan kehamilan di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme	48

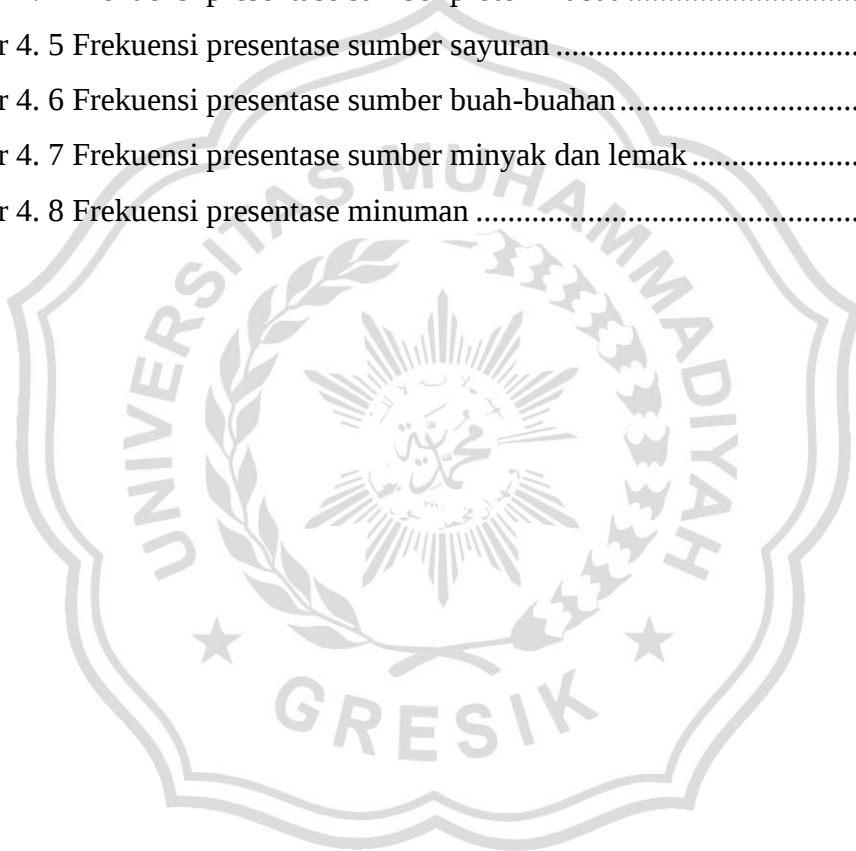
Tabel 4. 9 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden tempat pemeriksaan pertama kehamilan di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme.....	49
Tabel 4. 10 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden telah mendapatkan pendampingan di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme.....	49
Tabel 4. 11 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden telah memiliki Buku KIA di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme	50
Tabel 4. 12 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden berdasarkan Kehamilan Anak Ke- di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme	50
Tabel 4.13 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden berdasarkan riwayat melahirkan anak di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme.....	51
Tabel 4. 14 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden mendapatkan Tablet Tambah Darah (TTD) di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme.....	52
Tabel 4. 15 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden berdasarkan riwayat penyakit Pra-Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme.....	52
Tabel 4. 16 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden berdasarkan riwayat penyakit saat Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme	53
Tabel 4. 17 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden berdasarkan keluhan saat hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme	53
Tabel 4. 18 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden berdasarkan kategori nilai pengetahuan di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme.....	54
Tabel 4. 19 Distribusi Responden yang menjawab menjawab pada setiap pertanyaan di kuisioner tentang gizi seimbang bagi ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme	54
Tabel 4. 20 Nilai Rata-rata Pengetahuan Gizi Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme	56
Tabel 4. 21 Distribusi frekuensi responden berdasarkan intake energi ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme	57
Tabel 4. 22 Nilai rata-rata intake energi Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme	58
Tabel 4. 23 Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat kecukupan energi ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme	58

Tabel 4. 24 Nilai rata-rata intake protein Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme	59
Tabel 4. 25 Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat kecukupan protein di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme	59
Tabel 4. 26 Nilai rata-rata intake karbohidrat Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme.....	60
Tabel 4. 27 Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat kecukupan karbohidrat di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme.....	60
Tabel 4. 28 Nilai rata-rata intake lemak Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme	61
Tabel 4. 29 Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat kecukupan lemak di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme	61
Tabel 4. 30 Nilai rata-rata intake zat besi Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme	62
Tabel 4. 31 Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat kecukupan zat besi ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme	63
Tabel 4. 32 Nilai rata-rata intake asam folat Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme	63
Tabel 4. 33 Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat kecukupan asam folat di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme.....	64
Tabel 4. 34 Nilai Rata-rata status gizi ibu hamil (LILA) Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme.....	65
Tabel 4. 35 Distribusi frekuensi responden berdasarkan status gizi ibu hamil (LILA) di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme	65
Tabel 4. 36 Distribusi frekuensi berdasarkan sumber makanan pokok responden di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme	66
Tabel 4. 37 Distribusi frekuensi berdasarkan sumber protein hewani responden di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme	68
Tabel 4. 38 Distribusi frekuensi berdasarkan sumber makanan pokok responden di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme	69
Tabel 4. 39 Distribusi frekuensi berdasarkan sumber sayuran responden di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme.....	71

Tabel 4. 40 Distribusi frekuensi berdasarkan sumber buah- buahan responden di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme	73
Tabel 4. 41 Distribusi frekuensi berdasarkan sumber minyak dan lemak responden di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme	75
Tabel 4. 42 Distribusi frekuensi minuman responden di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme	76
Tabel 4. 43 Distribusi frekuensi sumber suplemen responden Wilayah Kerja Puskesmas Cerme.....	78
Tabel 4. 44 Hubungan antara pengetahuan gizi dengan status gizi (LILA) pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme	79
Tabel 4. 45 Hubungan antara intake energi dengan status gizi (LILA) pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme	80
Tabel 4. 46 Hubungan antara intake protein dengan status gizi (LILA) pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme	81
Tabel 4. 47 Hubungan antara intake karbohidrat dengan status gizi (LILA) pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme	82
Tabel 4. 48 Hubungan antara intake lemak dengan status gizi (LILA) pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme	83
Tabel 4. 49 Hubungan antara intake zat besi dengan status gizi (LILA) pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme	84
Tabel 4. 50 Hubungan antara intake asam folat dengan status gizi (LILA) pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Cerme	84

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori.....	33
Gambar 2. 2 Kerangka Konsep	34
Gambar 3. 1 Kerangka Operasional	41
Gambar 4. 1 Peta letak geografis Kecamatan Cerme.....	43
Gambar 4. 2 Frekuensi presentase sumber makanan pokok	67
Gambar 4. 3 Frekuensi presentase sumber buah-buahan	69
Gambar 4. 4 Frekuensi presentase sumber protein nabati.....	70
Gambar 4. 5 Frekuensi presentase sumber sayuran	72
Gambar 4. 6 Frekuensi presentase sumber buah-buahan	74
Gambar 4. 7 Frekuensi presentase sumber minyak dan lemak	75
Gambar 4. 8 Frekuensi presentase minuman	77



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Persetujuan Responden	122
Lampiran 2 Kuisisioner data diri	123
Lampiran 3 Kuisisioner pengetahuan gizi	125
Lampiran 4 FORM ESTIMATED FOOD RECORD	126
Lampiran 5 <i>FORM FOOD FREQUENCY QUESTIONNAIRE (FFQ)</i>	127
Lampiran 6 Rekap Data Identitas, Data Antropometri dan Informasi kehamilan	130
Lampiran 7 Rekap Hasil Estimated Food Record 3x 24 jam	136
Lampiran 8 Uji Normalitas setiap variabel	142
Lampiran 9 Uji Korelasi pengetahuan gizi dan pola konsumsi dengan Status gizi	143
Lampiran 10 Dokumentasi Surat Perijinan Dinas Kesehatan Kabupaten Gresik	144
Lampiran 11 Dokumentasi personal chat saat melakukan estimated food record	145
Lampiran 12 Dokumentasi Kegiatan	146

