

Hubungan Pengetahuan Gizi Ibu Hamil terhadap Peningkatan Berat Badan Selama Kehamilan di Puskesmas Bandar Lampung

Tasya Khalis Ilmiani¹, Dian Isti Anggraini², Rizki Hanriko³

¹ Mahasiswa, Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung

² Ilmu Gizi Bagian Kedokteran Komunitas, Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung

³ Bagian Patologi Anatomi, Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung

Abstrak

Pemenuhan gizi ibu hamil sangat penting karena dapat memberikan dampak baik bagi ibu maupun bayi yang dikandungnya. Ibu hamil dengan status gizi yang kurang dapat menyebabkan resiko tidak berkembangnya janin, kecacatan pada bayi, berat lahir rendah, dan kematian bayi dalam kandungan. Pemenuhan gizi pada ibu hamil salah satunya dipengaruhi oleh pengetahuan ibu terhadap gizi saat kehamilan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan gizi ibu hamil dan 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 dan data sekunder berupa data berat badan ibu hamil di buku KIA/KMS. Pengambilan sampel dilakukan di Puskesmas Bandar Lampung yang mencakup Puskesmas Kedaton, Way Kandis, Satelit, Sukaraja, Sukabumi, dan Simpur pada tahun 2018. Sampel diambil menggunakan *purposive sampling* dengan total sampel ialah 130 sampel yang memenuhi kriteria inklusi dan kriteria eksklusi. Analisis data menggunakan *Chi Square* dengan $\alpha=0,05$ dan CI=95%. Hasil dari penelitian ini ialah terdapat hubungan pengetahuan gizi pada ibu hamil terhadap peningkatan berat badan selama kehamilan di Puskesmas 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.

Kata kunci: ibu hamil, pengetahuan gizi, peningkatan berat badan selama kehamilan

The Relationship between Nutritional Knowledge of Pregnant Women and Weight Gain During Pregnancy at Puskesmas Bandar Lampung

Abstract

Adequacy of nutrition for pregnant women is very important because it can contribute to both the mother and the baby. Pregnant women with poor nutritional status can cause a risk of fetal development, disability in infants, low birth weight, and death before birth. Nutrition in pregnant women is influenced by the mother's nutritional knowledge during pregnancy. This study aims to determine the relationship between nutritional knowledge in pregnant women and weight gain during pregnancy. The design of study was cross sectional analytic using primary data obtained from the questionnaires and secondary data obtained from the KIA / KMS book that include maternal weight. Sampling was examined at Puskesmas Bandar Lampung which is Kedaton, Way Kandis, Satellite, Sukaraja, Sukabumi, and Simpur Puskesmas in 2018. The total sample is 130 pregnant womans with purposive sampling technique. The data analysis using Chi Square with $\alpha = 0.05$ and CI = 95%. The results of the research showed that there is a relationship between nutritional knowledge in pregnant women and weight gain during pregnancy in Bandar Lampung Primary Health Center with a value of $p = 0.003$. From the results of this study it can be concluded that nutritional knowledge in pregnant women influences the weight gain during pregnancy.

Keywords: nutritional knowledge, pregnant women, weight gain during pregnancy

Korespondensi: Tasya Khalis Ilmiani, alamat Villa Citra 2 Blok C1 No. 8a, HP 08128866672, e-mail tasyakhalisilmiani@gmail.com

Pendahuluan

Salah satu indikator derajat kesehatan masyarakat adalah 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 MDGs (Millenium Development Goals) yaitu meningkatkan kesehatan ibu, maka diperlukan upaya efektif

dan efisien untuk mempercepat penurunan Angka Kematian Ibu atau AKI dan Bayi Baru Lahir di Indonesia.¹

Penentuan 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).²

Peningkatan berat badan ibu hamil yang kurang maupun berlebih dapat memberikan dampak bagi ibu maupun janin. Beberapa 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.³

Sedangkan dampak yang terjadi pada ibu hamil yang kenaikan berat badannya kurang dari yang direkomendasikan selama kehamilan adalah resiko tidak berkembangnya janin, selain itu kurang gizi dan anemia dapat menjadi penyulit saat melahirkan.⁴

Faktor yang dapat mempengaruhi peningkatan berat badan ibu selama hamil salah satunya adalah pengetahuan. Pengetahuan yang dimiliki oleh seorang ibu dapat mempengaruhi dalam pengambilan keputusan dan juga berpengaruh pada perilakunya. Ibu dengan pengetahuan gizi yang baik kemungkinan akan memberikan gizi yang cukup bagi bayinya. Pada saat seorang ibu memasuki masa ngidam, dimana perut terasa mual dan tidak mau diisi, walaupun dalam kondisi tersebut jika seorang ibu memiliki pengetahuan yang baik, maka ia akan berupaya untuk memenuhi kebutuhan gizinya dan juga bayinya.^{5,6}

Dari penjabaran diatas, maka penelitian di Indonesia terhadap masalah ini harus terus dikembangkan. Penelitian tentang masalah ini khususnya di Bandar Lampung juga masih sedikit, maka dari itu peneliti mengambil sampel di Puskesmas Bandar Lampung. Peneliti tertarik untuk menganalisis "Hubungan Pengetahuan Gizi Ibu Hamil dengan Peningkatan Berat Badan Ibu Selama Kehamilan di Puskesmas Bandar Lampung".⁵

Metode

Penelitian ini adalah penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional study*. Pengambilan data pengetahuan gizi ibu hamil dilakukan di Puskesmas Bandar Lampung menggunakan kuesioner, sedangkan data peningkatan berat badan selama kehamilan berasal dari data buku KIA/KMS. Penelitian dilakukan pada

bulan Oktober-November 2018. Pengambilan sampel menggunakan tehnik *purposive sampling* dengan ibu hamil yang terdiri dari 130 orang yang memiliki kriteria ibu hamil trimester II & III yang datang ke Puskesmas Bandar Lampung tanpa memiliki riwayat penyakit kronis seperti TB paru, diabetes mellitus, hipertensi dan penyakit keganasan.

Dalam penelitian ini instrumen pengumpulan data yang digunakan berupa data berat badan ibu hamil pada buku KIA/KMS dan kuesioner terkait pengetahuan ibu hamil terhadap kebutuhan gizi selama kehamilan. Kuesioner yang dibuat terdiri dari 10 butir soal dengan hasil uji validitas didapatkan nilai r hitung $>$ r tabel (0,433) sehingga dapat dinyatakan valid dan dengan uji reliabilitas, didapatkan nilai *Cronbach's* sebesar 0,668.

Ibu hamil dikatakan pengetahuannya baik apabila mendapatkan skor 76-100 %, sedangkan ibu hamil dikatakan pengetahuannya cukup baik bila mendapatkan skor 56-75 % dan ibu hamil dikatakan pengetahuannya kurang baik apabila mendapatkan skor $<$ 56 %. Untuk peningkatan berat badan ibu hamil, peningkatan berat badan ibu hamil dikatakan normal jika IMT pra hamil normal dan kenaikan berat badan ibu hamil pada trimester II & III adalah $>$ 0,45 kg/minggu. Sedangkan peningkatan berat badan ibu hamil dikatakan tidak normal bila IMT pra hamil tidak normal dan atau kenaikan berat badan ibu hamil pada trimester II & III adalah $<$ 0,45 kg/minggu.⁶

Hasil

Responden dalam penelitian ini berjumlah 130 orang yang berasal dari beberapa Puskesmas. Karakteristik responden pada penelitian ini dapat dilihat pada tabel 1. Kemudian setelah dilakukan analisis data secara univariat, maka didapatkan hasil distribusi frekuensi pengetahuan gizi ibu hamil yang disajikan dalam tabel 2.

Lalu dilanjutkan dengan analisis bivariat yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan gizi ibu hamil terhadap peningkatan berat badan selama kehamilan di Puskesmas Bandar Lampung. Setelah dilakukan analisis data maka didapatkan hasil yang disajikan dalam tabel 3.

Hasil uji statistik dengan menggunakan

uji Kai Kuadrat (*Chi Square*) didapatkan nilai $p=0,003$, dikarenakan nilai $p<0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara

pengetahuan gizi ibu hamil terhadap peningkatan berat badan selama kehamilan di Puskesmas Bandar Lampung.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik		Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia ibu	<20	5	3,8
	20-35	104	80
	>35	21	16,2
Pendidikan	SD	16	12,3
	SMP	21	16,2
	SMA	74	56,9
	S1	19	14,6
Usia kehamilan	Trimester 2	107	82,3
	Trimester 3	23	17,7
Pekerjaan	Buruh	2	1,5
	Guru	2	1,5
	IRT	71	54,6
	Pedagang	7	5,4
	Petani	16	12,3
	Wiraswasta	32	24,6

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

Variabel	Frekuensi	Presentase (%)
Pengetahuan gizi ibu hamil		
Baik	64	49,2
Cukup baik	49	37,7
Kurang baik	17	13,1
Peningkatan berat badan ibu hamil		
Normal	60	46,2
Tidak normal	70	53,8

Tabel 3. Hubungan antara Pengetahuan Gizi Ibu Hamil terhadap Peningkatan Berat Badan selama Kehamilan di Puskesmas Bandar Lampung

Pengetahuan gizi ibu hamil	Penambahan berat badan ibu hamil		Total	<i>p value</i>
	Normal	Tidak normal		
Baik	38 (59,4%)	26 (40,6%)	64 (100%)	0,003
Kurang baik	22 (33,3%)	44 (66,7%)	66 (100%)	
Total	60 (46,2%)	70 (53,8%)	130 (100%)	

Pembahasan

Hasil penelitian menggambarkan untuk skor pengetahuan gizi ibu hamil didapatkan frekuensi ibu hamil dengan pengetahuan gizi baik adalah 64 atau 49,2%. Pada ibu dengan pengetahuan gizi

cukup baik memiliki frekuensi 49 atau 37,7%. Sedangkan ibu hamil dengan pengetahuan gizi kurang baik terdiri dari 17 orang atau 13,1%. Dari hasil tersebut dapat dilihat bahwa pengetahuan gizi ibu hamil yang baik lebih sedikit dibanding

pengetahuan gizi ibu hamil yang cukup baik dan kurang baik, sehingga dapat disimpulkan bahwa pengetahuan gizi ibu hamil di Puskesmas Bandar Lampung masih kurang.

Pengetahuan (*knowledge*) adalah hasil tahu dari manusia yang dapat menjawab pertanyaan "*what*". Pengetahuan ini dapat berupa hasil tahu dari manusia terhadap sesuatu, atau segala perbuatan manusia untuk memahami suatu objek tertentu. Ibu hamil dengan pengetahuan yang baik akan lebih mudah menerima informasi khususnya yang menunjang kesehatan dirinya dan bayi, ibu hamil yang berpendidikan juga akan cenderung akan mencari pelayanan kesehatan yang memelihara kesehatan keluarganya dengan baik.^{4,6}

Pada variabel penambahan berat badan ibu hamil, didapatkan dari total 130 sampel terdapat 60 atau 46,2% ibu hamil yang memiliki penambahan berat badan normal dan terdapat 70 atau 53,8% ibu hamil yang memiliki penambahan berat badan tidak normal. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan lebih banyak ibu hamil yang memiliki peningkatan berat badan yang tidak normal dibanding peningkatan berat badan yang normal.

Hal ini sesuai dengan penelitian oleh Firdaus pada tahun 2015 yang menunjukkan bahwa dari 128 ibu hamil yang diteliti peningkatan berat badannya selama kehamilan, terdapat 71 ibu hamil (55,5%) memiliki kenaikan berat badan yang kurang atau tidak sesuai dengan rekomendasi *Institute of Medicine* (IOM). Sedangkan 39 ibu hamil (30,4%) mengalami peningkatan berat badan ideal sesuai yang direkomendasikan, dan 18 ibu lainnya (14,1 %) mengalami peningkatan berat badan berlebih selama kehamilan.⁸

Kehamilan terbagi dalam tiga trimester, trimester pertama berlangsung dalam 12 minggu, diikuti trimester kedua yang berlangsung dari minggu ke-13 hingga minggu ke-27 (selama 15 minggu) dan trimester ketiga dari minggu ke-28 hingga minggu ke-40 (selama 13 minggu).

Sehingga, pada umumnya kehamilan normal akan berlangsung dalam waktu 40 minggu. Ibu hamil yang dijadikan sampel pada penelitian ini adalah ibu hamil trimester II dan III, dengan kriteria yang direkomendasikan oleh *Institute of Medicine* (IOM) bahwa laju peningkatan berat badan ibu hamil dianggap normal pada trimester II dan III apabila memiliki rentang rerata 0,45 (0,36-0,45) kg/minggu.^{3,6}

Untuk kepentingan penelitian, sampel yang diambil hanya trimester II dan III. Peneliti tidak mengambil peningkatan berat badan ibu hamil pada trimester I dikarenakan pada trimester I peningkatan berat badan tidak bermakna. Ibu hamil yang tidak mengalami peningkatan berat badan selama trimester I merupakan hal yang normal. Hal tersebut dikarenakan janin dalam rahim masing sangat kecil. Meskipun kondisi janin masih kecil, proses perkembangan janin tetap berlangsung.⁹

Dari data yang didapatkan menunjukkan bahwa berat badan sebelum hamil dan pada trimester I hampir sama bahkan terdapat ibu hamil yang berat badannya menurun saat trimester I dibanding sebelum hamil. Hal tersebut dapat disebabkan karena faktor pola makan yang salah, muntah yang berlebihan atau diare pada masa kehamilan pertama. Jumlah ibu hamil dengan peningkatan berat badan normal yang memiliki pengetahuan yang baik ada 38 atau 59,4%, sedangkan ibu hamil dengan peningkatan berat badan normal yang memiliki pengetahuan yang kurang baik adalah 22 atau 33,3%. Dari hasil tersebut dapat dilihat bahwa terdapat perbedaan peningkatan berat badan pada ibu hamil yang memiliki pengetahuan baik dan kurang baik, sehingga dapat dikatakan bahwa pengetahuan gizi ibu hamil mempengaruhi peningkatan berat badan selama kehamilan. Hal ini dibuktikan pada uji statistik analisis bivariat yang dilakukan dengan menggunakan uji statistik Kai Kuadrat (*Chi Square*), dimana didapatkan hasil yaitu *p value* sebesar 0,003. Hal ini menunjukkan nilai *p* lebih kecil daripada

taraf signifikansi yang diharapkan yaitu $\alpha = 0,05$ sehingga didapatkan hasil penelitian yang bermakna. Dengan demikian, hipotesis null ditolak dan hipotesis mengenai adanya hubungan antara pengetahuan gizi ibu hamil terhadap peningkatan berat badan selama kehamilan di Puskesmas Bandar Lampung dapat diterima.⁹

Penelitian serupa yang dilakukan oleh Syarifah Umniati pada tahun 2013 dengan judul penelitian "Hubungan Pengetahuan Gizi, Sikap, Pola Makan dan Tingkat Stress Ibu Hamil terhadap Kenaikan Berat Badan Ibu di Poli Kebidanan Rumah Sakit Mitra Keluarga Bekasi" menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan kenaikan berat badan ibu selama hamil dengan nilai *P value* sebesar 0,016 dan dengan tingkat kepercayaan 95% nilai OR sebesar 2,112 (1,150-3,877) artinya responden dengan tingkat pengetahuan kurang baik mempunyai peluang dua kali lebih besar mengalami kenaikan berat badan yang berlebih atau kurang baik.¹⁰

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 Kassi-Kassi 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 $p = 0,048 < \alpha = 0,05$.¹¹

Simpulan

Dari hasil penelitian dapat dilihat bahwa terdapat perbedaan peningkatan berat badan selama kehamilan antara ibu hamil dengan pengetahuan yang baik dan kurang baik. Dapat disimpulkan bahwa

pengetahuan gizi pada ibu hamil mempengaruhi peningkatan berat badan selama kehamilan.

Daftar Pustaka

1. Dinas Kesehatan Provinsi Lampung. Profil Kesehatan Provinsi Lampung Tahun 2015. Bandar Lampung: Dinkes RI; 2015.
2. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Pedoman Penanggulangan Kurang Energi Kronik (KEK) pada Ibu Hamil. Jakarta: Direktorat Jendral Bina Gizi dan KIA; 2015.
3. Sarwono P. Ilmu Kebidanan. Edisi ke-4. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo; 2016. hlm 158-159 dan 531-555.
4. Mandriwati G. Penuntun Belajar Asuhan Kebidanan Ibu Hamil. Jakarta: EGC; 2008.
5. Wawan & Dewi. Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Manusia. Yogyakarta: Nuha Medika; 2010.
6. Institute of Medicine (IOM). Weight Gain During Pregnancy: Reexamining the Guidelines. Washington DC: National Academy. 2009; 4(1):1-20.
7. Notoatmodjo. Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rhineka Cipta; 2012.
8. Firdaus MY. Weight Gain Pattern During Pregnancy among Woman Attending for Normal Labor at Makasar Primary Health Care. Jakarta: Indian Journal of Nutrition. 2015; 2(1): 111-3.
9. Nurhudaeni, Ruslan M, Ainurafiq. Model Prediksi Berat Lahir bayi berdasarkan Berat Badan Ibu Sebelum Hamil dan Pertambahan Berat Badan Pertrimester di Wilayah Kerja Puskesmas Puuwatu Tahun 2015-2016. Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat. 2017; 2(6):1-10.
10. Syarifah U. Hubungan Pengetahuan Gizi, Sikap, Pola Makan dan Tingkat Stress Ibu Hamil dengan Kenaikan Berat Badan Ibu di Poli Kebidanan Rumah Sakit Mitra Keluarga Bekasi. Jakarta: FKM UI. 2013; 4(1):25-9.

11. Sukmawati. Hubungan antara Pengetahuan dan Sikap dalam Memenuhi Kebutuhan Nutrisi dengan Status Gizi Ibu Hamil di Puskesmas Kassi-Kassi Makassar. Makassar: Jurnal Ilmu Kesehatan UIN Alauddin Makassar. 2012; 5:1–12.