

GAMBARAN PENGETAHUAN DAN PERILAKU IBU HAMIL DALAM PEMENUHAN NUTRISI

DESCRIPTION OF KNOWLEDGE AND BEHAVIOR OF PREGNANT WOMEN IN NUTRITION FULFILLMENT

Rini Permata Sari¹; Mira Rizkia²; Dara Ardhia²

¹Mahasiswa Program Studi Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh

²Bagian Keilmuan Keperawatan Maternitas Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh

Email: rinipermatasari465@gmail.com; mira.rizkia@unsyiah.ac.id; daraardhia@unsyiah.ac.id

ABSTRAK

Pemenuhan nutrisi selama kehamilan dapat mempengaruhi pertumbuhan, perkembangan dan kesehatan ibu serta janin. Kurangnya pengetahuan dan perilaku ibu tentang nutrisi dapat meningkatkan resiko komplikasi pada ibu dan janin seperti Kekurangan Energi Kronis (KEK), anemia, Bayi Berat Badan Lahir Rendah (BBLR) dan prematur. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran pengetahuan dan perilaku ibu hamil dalam pemenuhan nutrisi di Puskesmas Kecamatan Kuta Baro Aceh Besar. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain *cross sectional study* dengan 10 desa dipilih secara *cluster random sampling* dengan 83 responden. Alat pengumpulan data berupa kuesioner untuk mengukur pengetahuan dan perilaku dengan hasil Uji *construct validity* (>0,444). Hasil penelitian diperoleh mayoritas pengetahuan ibu hamil dalam pemenuhan nutrisi berada pada kategori baik 77 orang (92,8%) dan hanya 6 orang (7,2%) memiliki pengetahuan cukup. Perilaku ibu hamil mayoritas berada pada kategori positif 75 orang (90,4%) dan hanya 8 orang (9,6%) memiliki perilaku negatif. Pengetahuan dan perilaku ibu dalam pemenuhan nutrisi selama kehamilan yang baik diharapkan dapat mencegah komplikasi ibu dan janin terutama terkait masalah nutrisi

Kata Kunci : Pengetahuan, Ibu Hamil, Perilaku, Nutrisi

ABSTRACT

Fulfillment of nutrition during pregnancy can affect the growth, development and health of the mother and fetus. Lack of knowledge and behavior of mothers about nutrition can increase the risk of complications for the mother and fetus such as Chronic Energy Deficiency (CED), anemia, Low Birth Weight (LBW) and premature. The purpose of this study was to describe the knowledge and behavior of pregnant women in fulfilling nutrition at Puskesmas Kuta Baro Aceh Besar. The type of the research was quantitative with a cross sectional study design with 10 villages selected by cluster random sampling with 83 respondents. Data collection used a form of a questionnaire to measure knowledge and behavior with the results of the test *construct validity* (>0,444). The results showed that the majority of pregnant women's knowledge in fulfilling nutrition was in good category 77 people (92,8%) and only 6 people (7,2%) had sufficient knowledge. The behavior of the majority of pregnant women was in the positive category 75 people (90,4%) and only 8 people (9,6%) had negative behavior. Mother's knowledge and behavior in fulfilling good nutrition during pregnancy are expected to prevent maternal and fetal complications, especially related to nutritional problems.

Keywords : Knowledge, Pregnant, Behaviour, Nutrition

PENDAHULUAN

Nutrisi pada ibu hamil merupakan faktor penting yang mempengaruhi kesehatan ibu dan bayinya (Kemenkes, 2017). Selama kehamilan dibutuhkan asupan nutrisi dalam jumlah porsi makanan yang lebih banyak serta makanan yang dikonsumsi juga harus cukup mengandung sumber energi seperti karbohidrat, lemak dan protein (Nurjannah, 2014). Apabila selama hamil nutrisi tidak terpenuhi, maka ibu hamil akan mengalami kekurangan nutrisi dan juga akan berdampak pada janin yang akan dilahirkan (Fitriah, Supriasa, Riyadi & Bakri, 2018).

Menurut Kemenkes (2017), permasalahan nutrisi yang paling sering terjadi pada ibu hamil di Indonesia adalah Kurang Energi Kronis (KEK) dan Anemia. Berdasarkan data Riskesdas 2018, bahwa 17,3 % ibu hamil di Indonesia mengalami nutrisi kurang yang didominasi oleh masalah anemia defisiensi zat besi dan KEK. Prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia tahun 2018 sebesar 48,9% dan prevalensi ibu hamil mengalami KEK di Indonesia tahun 2018 sebesar 17,3% (Kemenkes, 2018).

Berdasarkan hasil Riskesdas Provinsi Aceh prevalensi anemia di Aceh tahun 2018 adalah sebesar 36,93% (Dinas Kesehatan Aceh, 2018). Prevalensi KEK di Provinsi Aceh tahun 2018 ditemukan 11,3% (Riskesdas, 2018).

Salah satu ukuran untuk menentukan keberhasilan ibu hamil dalam pemenuhan nutrisi adalah dilihat dari status nutrisinya (Susilowati & Kuspriyanto, 2016). Pengetahuan tentang nutrisi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi status nutrisi ibu hamil (Kemenkes, 2015). Tingkat pengetahuan ibu yang rendah akan menyebabkan ibu tidak mengerti cara yang tepat dalam pemenuhan nutrisi selama kehamilan (Depkes RI, 2018).

Puskesmas merupakan salah satu pelayanan kesehatan terdepan di masyarakat khususnya untuk ibu hamil. Berdasarkan pengambilan data awal di Puskesmas Kuta Baro diperoleh data awal dari buku kunjungan

kehamilan periode Januari-Mei 2022 masih terdapat ibu hamil dengan masalah nutrisi yang sering dijumpai yaitu 24 ibu mengalami KEK dan 76 ibu mengalami anemia Hasil wawancara dengan salah satu bidan di Puskesmas Kecamatan Kuta Baro, selama ini bidan di Puskesmas juga sudah memberikan informasi mengenai nutrisi selama kehamilan pada setiap pemeriksaan kehamilan namun masih saja terdapat ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Kuta Baro dengan masalah nutrisi seperti KEK dan anemia.

Berdasarkan wawancara pada 3 ibu hamil yang melakukan kunjungan pemeriksaan kehamilan, didapatkan ibu sudah mengetahui jenis makanan yang harus dikonsumsi seperti sayur, ikan, daging dan buah tetapi 2 dari ibu hamil tersebut mengatakan masih belum menerapkan hal tersebut karena pola makan yang masih belum teratur, porsi makanan yang belum beraneka ragam dan belum memahami secara terinci jumlah atau takaran yang harus dikonsumsi perhari. Berdasarkan permasalahan tersebut, maka perlu dilakukan penelitian terkait “Gambaran pengetahuan dan perilaku ibu hamil dalam pemenuhan nutrisi di Puskesmas Kecamatan Kuta Baro Aceh Besar”

METODE

Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif eksploratif dengan desain *cross sectional study*. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh ibu hamil yang berada di wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Kuta Baro yaitu sebanyak 214 ibu hamil periode Mei-November 2022 dengan jumlah sampel yang digunakan adalah 83 orang dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *cluster random sampling*.

Penelitian ini dilakukan di 10 desa terpilih yang berada di wilayah kerja Puskesmas Kuta Baro yaitu Cot Preh, Lam Sabang, Cot Raya, Cot Beut, Seupue, Lamrayah, Cucum, Gue, Lampoh Tarom, dan Lambuet. Proses pengumpulan data dimulai pada tanggal 19 sampai dengan 28 Desember 2022.

Pengumpulan data dilakukan dengan teknik wawancara terpimpin menggunakan kuesioner yang terdiri dari 20 item pernyataan pengetahuan dan 18 item pernyataan perilaku yang sudah dilakukan uji validitas berupa uji *content* dan uji *construct*. Pada item kuesioner pengetahuan menggunakan dua pilihan jawaban yaitu “benar” dan “salah” dengan 2 item pernyataan negatif. Sedangkan untuk item perilaku menggunakan empat pilihan jawaban yaitu “selalu”, “sering”, “kadang-kadang”, dan “tidak pernah” dengan 1 item pernyataan negatif. Pengumpulan data dilakukan setelah dinyatakan lulus uji etik oleh Tim Komite Etik Penelitian Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala. Analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisa univariat.

HASIL

Berdasarkan hasil pengumpulan data, didapatkan hasil sebagai berikut :

Tabel 1. Data Demografi

No	Kategori	f	%
1.	Usia Ibu:		
	Beresiko	2	1,4
	Tidak Beresiko	81	97,6
2.	Usia Kehamilan:		
	Trimester I	27	32,5
	Trimester II	38	45,8
	Trimester III	18	21,7
3.	Paritas		
	Primigravida	20	24,1
	Multigravida	63	75,9
4.	Kenaikan BB		
	Sesuai Parameter	55	66,3
	Tidak Sesuai	28	33,7
5.	ANC :		
	Trimester I		
	Rutin	24	28,9
	Tidak Rutin	3	3,6
	Trimester II		
	Rutin	38	45,7
	Tidak Rutin	0	0
	Trimester III		
	Rutin	18	21,6
	Tidak Rutin	0	0

No	Kategori	f	%
6.	Pendidikan Ibu :		
	Dasar	2	2,4
	Menengah	63	75,9
	Tinggi	18	21,7
7.	Penghasilan Keluarga :		
	> 3.165.031	17	20,5
	< 3.165.031	66	79,5
8.	Pekerjaan Ibu :		
	Bekerja	16	19,3
	Tidak Bekerja	67	80,7
9.	Pernah Mendengar Informasi Terkait Nutrisi :		
	Pernah	83	100
	Tidak	-	-
10.	Sumber Informasi :		
	Tenaga Kesehatan dan Internet	83	100

Sumber : Data Primer (diolah, 2022).

Berdasarkan tabel 1 dapat disimpulkan bahwa 83 ibu hamil dalam penelitian ini berusia mulai dari 24-38 tahun dengan mayoritas usia tidak beresiko (20-35 tahun) sebanyak 81 orang (97,6%). Mayoritas usia kehamilan berada di trimester kedua sebanyak 38 orang (45,8%). Mayoritas ibu multigravida sebanyak 20 orang (75,9%). Mayoritas ibu hamil mengalami kenaikan berat badan selama kehamilan sesuai dengan parameter sebanyak 55 orang (66,3%).

Mayoritas ibu hamil rutin melakukan ANC pada trimester I yaitu 24 orang (28,9%) dan tidak rutin 3 orang (3,6%). Pada trimester II mayoritas ibu rutin ANC 38 orang (45,7%) dan Trimester III mayoritas rutin ANC 18 orang (21,6%). Pendidikan ibu hamil mayoritas berada pada pendidikan menengah sebanyak 63 orang (75,9%). Penghasilan keluarga mayoritas dibawah UMR Aceh 2020 sebanyak 66 orang (79,5%). Mayoritas ibu hamil tidak bekerja sebanyak 67 orang (80,7%). Secara keseluruhan ibu hamil pernah mendengar informasi terkait nutrisi selama kehamilan (100%) dan sumber informasi tersebut berasal dari tenaga kesehatan dan juga internet (100%).

Tabel 2. Pengetahuan ibu hamil dalam Pemenuhan Nutrisi (n=83)

No	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	Baik	77	92,8
2	Cukup	6	7,2
3	Kurang	0	0,0

Sumber : Data Primer (diolah, 2022)

Berdasarkan tabel 2 dapat disimpulkan bahwa pengetahuan ibu hamil dalam pemenuhan nutrisi di wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Kuta Baro mayoritas berada pada kategori baik sebanyak 77 (92,8%) responden.

Tabel 3. Perilaku Ibu Hamil dalam Pemenuhan Nutrisi (n= 83)

No	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	Positif	75	90,4
2	Negatif	8	9,6

Sumber : Data Primer (diolah, 2022)

Berdasarkan tabel 3 dapat disimpulkan bahwa perilaku ibu hamil dalam pemenuhan nutrisi di Puskesmas Kecamatan Kuta Baro sebanyak 75 (90,4%) ibu hamil memiliki perilaku positif dalam pemenuhan nutrisi

PEMBAHASAN

1. Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Dalam Pemenuhan Nutrisi Di Puskesmas Kecamatan Kuta Baro

Berdasarkan hasil penelitian ini pengetahuan ibu hamil dalam pemenuhan nutrisi di wilayah Kecamatan Kuta Baro Aceh Besar mayoritas berada pada kategori baik dengan jumlah 77 (92,8%) responden. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mamuroh, Sukmawati & Widiasih (2019), menunjukkan bahwa sebagian besar tingkat pengetahuan ibu hamil tentang nutrisi selama kehamilan dikategorikan baik (69,0%).

Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Muliati (2022), didapatkan mayoritas ibu hamil berada pada kategori pengetahuan kurang sebanyak 51 orang (68,9%) yang disebabkan karena tingkat

pendidikan ibu yang rendah sehingga sebagian besar ibu hamil tidak mengetahui asupan makanan yang dibutuhkan saat kehamilan.

Wawan & Dewi (2019), menyebutkan bahwa pendidikan diperlukan untuk memudahkan dalam mendapatkan informasi yang dapat menunjang kesehatan sehingga akan meningkatkan kualitas hidup seseorang. Berdasarkan tabel 1 diperoleh bahwa dalam penelitian ini pendidikan mayoritas responden adalah menengah sebanyak 63 responden (75,9%) dan menunjukkan hasil tingkat pengetahuan baik.

Mayoritas responden dalam penelitian ini adalah usia ibu hamil yang tidak beresiko yaitu sebanyak 81 (97,6%). Hasil Penelitian ini sejalan dengan penelitian Satyarsa, Kusuma, Aryawangsa & Aryani (2020), bahwa usia memiliki peranan penting terhadap pengetahuan ibu hamil dalam pemenuhan nutrisi selama kehamilan, dalam penelitiannya didapatkan pula pengetahuan baik (70,4%) didominasi pada kelompok usia tidak beresiko 20-35 tahun.

Hal lain yang menjadi faktor pengetahuan ibu baik dalam penelitian ini karena mayoritas ibu berada pada kategori multigravida (75,9%). Penelitian Gezimu, Bekele & Habte (2022), mayoritas ibu hamil multigravida (77,5%) memiliki pengetahuan 5 kali lebih tinggi dibandingkan ibu primigravida. Hal ini karena ibu multigravida sudah memiliki pengalaman sebelumnya serta banyak mengetahui informasi terkait nutrisi selama kehamilan dibandingkan dengan ibu primigravida.

Ibu hamil dalam penelitian secara keseluruhan (100%) pernah mendengar nutrisi selama hamil. Informasi tersebut berasal dari tenaga kesehatan saat pemeriksaan ANC dan dari internet (100%).

Ibu hamil dalam penelitian ini mayoritas memiliki pengetahuan yang baik

dikarenakan usia ibu berada pada usia tidak berisiko, pendidikan menengah, status paritas, dan kemudahan ibu dalam mengakses informasi baik melalui media sosial dan rutusnya ibu hamil melakukan pemeriksaan ANC selama masa kehamilan yang membuat pengetahuan ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Kuta Baro dalam kategori baik

2. Gambaran Perilaku Ibu Hamil Dalam Pemenuhan Nutrisi Di Puskesmas Kuta Baro Aceh Besar

Hasil pada penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas 75 (90,4%) ibu hamil memiliki perilaku positif dalam pemenuhan nutrisi. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Satyarsa, Kusuma, Aryawangsa & Aryani (2020), didapatkan perilaku positif (88,7%) terkait nutrisi selama hamil karena dipengaruhi dari usia ibu yang tidak berisiko dan pendidikan terakhir. Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Misan et, al (2019), didapatkan mayoritas ibu hamil (88,8%) memiliki perilaku yang negatif dalam memenuhi nutrisi selama hamil hal ini dipengaruhi oleh tingkat pendidikan ibu yang rendah.

Maulidiyah, Fitrah, & Probowati (2016), menyatakan bahwa usia 20-35 tahun merupakan usia reproduksi sehingga memerlukan kalori dan zat nutrisi yang lebih dari biasanya. Usia <20 tahun dan >30 tahun juga merupakan usia berisiko, apabila ibu tidak menerapkan perilaku positif dalam mengkonsumsi makanan akan menghambat perkembangan janin walaupun ibu memiliki pengetahuan yang baik.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Satyarsa, Kusuma, Aryawangsa & Aryani (2020), diperoleh ibu hamil memiliki perilaku positif hal ini dipengaruhi oleh karakteristik sosiodemografi yakni usia (20-35 tahun)

Pendidikan ibu hamil dalam penelitian ini mayoritas berada pada kategori pendidikan menengah yaitu SMA

(75,9%). Sejalan dengan penelitian Sagitarini, Noviana, Agustini & Dewi (2021), mayoritas ibu berada pada pendidikan menengah (82,1%). Tingkat pendidikan mempengaruhi seseorang dalam menerima informasi sehingga pengetahuan akan menjadi baik, ibu dengan pengetahuan yang baik maka akan melakukan perilaku yang sehat seperti rajin mengkonsumsi makanan yang bernutrisi dan sehat selama hamil.

Pendapatan menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku, karena pendapatan seseorang yang mencukupi mampu membeli segala kebutuhan yang diperlukan. Semakin tinggi pendapatan maka akan semakin tinggi pula kebutuhan yang dapat terpenuhi (Internasional labour Office, 2016).

Pada penelitian ini didapatkan bahwa mayoritas (79,5%) pendapatan keluarga ibu hamil dibawah UMR Aceh. Meskipun dengan pendapatan yang rendah masih banyak terdapat ibu hamil yang tidak mengalami masalah nutrisi seperti KEK dan anemia. Berdasarkan dari jawaban kuesioner responden ibu masih dapat mengkonsumsi makanan yang mudah didapat dan terjangkau seperti tempe, tahu dan sayuran Serta rutusnya ibu minum tablet tambah darah. Hal ini karena adanya keinginan ibu untuk tetap memenuhi nutrisinya

Ibu hamil dalam penelitian ini mayoritas menunjukkan perilaku positif dalam pemenuhan nutrisi yang disebabkan oleh pengetahuan ibu yang mayoritas baik, pendidikan menengah, dan keinginan ibu untuk tetap memenuhi kebutuhan nutrisinya.

KESIMPULAN

Berdasarkan tujuan penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa pengetahuan ibu hamil dalam pemenuhan nutrisi di Puskesmas Kecamatan Kuta Baro Aceh Besar berada pada kategori baik sebanyak 77 (92,8%) responden. Sedangkan perilaku ibu hamil

dalam pemenuhan nutrisi di Puskesmas Kecamatan Kuta Baro Aceh Besar berada pada kategori perilaku positif sebanyak 75 (90,4%) responden

Disarankan bagi pelayanan kesehatan dan praktik keperawatan yaitu pihak Puskesmas Kuta Baro untuk dapat membentuk kelas ibu hamil sehingga dapat meningkatkan pengetahuan dan perilaku ibu hamil mengenai nutrisi dan juga semakin memotivasi ibu hamil untuk tetap memenuhi kebutuhan nutrisinya.

REFERENSI

- A.Wawan & Dewi M. (2019), Teori Pengukuran Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Manusia. Yogyakarta : Nuha Medika
- Depkes RI. (2018). Sebab timbulnya masalah nutrisi, (online), www.kesimpulan.com/2018/04/anemia-pada-ibu-hamil-trimester-dua.html)
- Fitrah, S., Maulidiyah, D. S., & Probowati, R. (2016). Gambaran Faktor yang Mempengaruhi Status Nutrisi Ibu Hamil di Desa Kebondalem Kecamatan Bareng Kabupaten Jombang. *Jurnal Ilmiah Kebidanan (Scientific Journal of Midwifery)*. <http://journal.stikespemkabjombang.ac.id/index.php/jikeb/article/view/79>
- Fitriah, A. H., Supariasa, I. D. N., Riyadi, D., & Bakri, B. (2018). Buku Praktis Nutrisi Ibu Hamil. *Media Nusa Creative*, 53(9), 287. http://perpustakaan.poltekkes-malang.ac.id/assets/file/karyadosen/Buku_Saku_Nutrisi_Ibu_Hamil_FullPDF.
- Gezimu, W., Bekele, F., & Habte, G. (2022). Pregnant mothers' knowledge, attitude, practice and its predictors towards nutrition in public hospitals of Southern Ethiopia: A multicenter cross-sectional study. *SAGE open medicine*, 10, <https://doi.org/10.1177/205031212211085843>
- Internasional labour Office . (2006). Organisasi Pengusaha Yang Efetif (*O. I Mba, Ed.*). Jakarta. , Kantor Perburuhan Internasional. ISBN 92-2-819295-X
- Kemenkes .(2017). Gizi Dalam Daur Kehidupan. Kementerian Kesehatan RI. <http://bppsdmk.kemkes.go.id/pusdiksdmk/wpcontent/uploads/2017/11/Gizi-Dalam-Daur-Kehidupan-Final-SC.Pdf>
- Kemenkes. (2018). Hasil riset kesehatan dasar tahun 2018. Kementrian Kesehatan RI, 53(9), 1689–1699. https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/files/hasil-risikesdas-2018_1274.pdf
- Mamuroh, L., Sukmawati, S., & Widiasih, R. (2019). Pengetahuan Ibu Hamil tentang Nutrisi Selama Kehamilan pada Salah Satu Desa di Kabupaten Garut. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 15(1), 66. <https://doi.org/10.26630/jkep.v15i1.1544>.
- Misan, N., Paczkowska, K., Szmyt, M., Kapska, K., Tomczak, L., Bręborowicz, G. H., & Ropacka-Lesiak, M. (2019). Nutritional behavior in pregnancy *Ginekologia polska*, 90(9), 527–533. <https://doi.org/10.5603/GP.2019.0090>
- Nurjannah, L. (2014). Nutrisi dan Gizi Selama Kehamilan. Jakarta
- Sagitarini, Putu Noviana, Agustini, N. K., & Dewi, L. G. A. (2021). Hubungan Pengetahuan Tentang Gizi dengan Status Gizi Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Denpasar Selatan. *Jurnal Kesehatan Medika Udayana*, 07 (02), 93-103. <https://www.ejurnalstikeskesdamudaya.ac.id/index.php/jmu/article/download/73/16>
- Satyarsa, A. B. S., Kusuma, D. R., Aryawangsa, P. D., & Aryani, P.

(2020). Pengetahuan Sikap dan Perilaku Ibu Hamil Terhadap Nutrisi Selama Kehamilan di Wilayah Kerja Upt Puskesmas Mengwi Badung Bali,. *12*, 20–29.
<https://www.researchgate.net/publication/344447704>

Susilowati & Kuspriyanto. (2016). *Nutrisi Dalam Daur Kehidupan*. Bandung : Refika Aditama