

Naskah Publikasi

**HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG KEBUTUHAN GIZI
DENGAN PERTAMBAHAN BERAT BADAN PADA MASA KEHAMILAN
DI KECAMATAN SEDAYU KABUPATEN BANTUL YOGYAKARTA**

Disusun Guna Memenuhi Sebagian Syarat dalam Mencapai Gelar Sarjana Gizi
di Program Studi S1 Gizi Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan
Universitas Alma Ata Yogyakarta



Oleh :

**Nurmawati
160400298**

**PROGRAM STUDI S1 GIZI
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS ALMA ATA YOGYAKARTA
2018**

Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil tentang Kebutuhan Gizi dengan Pertambahan Berat Badan pada Masa Kehamilan Di Kecamatan Sedayu Kabupaten Bantul Yogyakarta

Relationship Between Knowledge of Nutritional Needs and Gestational Weight Gain of Pregnant Women in Sedayu District Bantul Yogyakarta

Nurmawati ¹, Yhona Paratmanitya ², Arini Hardianti ²

ABSTRACT

Background : Nutritional needs of pregnant women continue to grow in line with the changes that accompany it. Weight gain during pregnancy is an indicator determining the nutritional status of the mother. The prevalence of pregnant women who experience weight gain is not well in 2016 in NTB, namely 81.7%, while pregnant women have better weight gain is 18.3%. Knowledge of a mother's influence in decision-making and will also affect behavior.

Research Purposes : For determine the relationship of knowledge about the nutritional needs of pregnant women with weight gain during pregnancy in Sedayu.

Research methods : Survei analytic with cross sectional approach. The population in this study were all pregnant women in the third trimester in Sedayu. The sampling technique using quota sampling. The samples are 78 third trimester pregnant women. Instruments used questionnaires, microtois, and digital scales. Analysis of the data used chi squared.

Of Research Findings: The results of univariate analysis showed that most of the respondents had knowledge of nutritional needs in both categories are 61 (78.2%) and respondents who experienced weight gain in both categories are 56 (71.8%). The results of the bivariate analysis using chi-square test, with a confidence level of 95% was obtained $p\text{-value } (0.010) < \alpha (0.05)$.

Conclusion: There is a relationship between knowledge of pregnant women with weight gain during pregnancy in Sedayu.

Keywords : Pregnancy Nutrition Needs, Knowledge, Pregnancy Weight Gain

¹ Mahasiswa Universitas Alma Ata Yogyakarta

² Dosen Program Studi S1 Gizi Universitas Alma Ata Yogyakarta

ABSTRAK

Latar Belakang : *Kebutuhan gizi bagi ibu hamil terus bertambah seiring dengan berbagai perubahan yang menyertainya. Pertambahan berat badan pada masa kehamilan merupakan indikator menentukan status gizi ibu. Prevalensi ibu hamil yang mengalami penambahan berat badan tidak baik pada tahun 2016 di NTB yaitu 81,7%, sedangkan ibu hamil yang mengalami penambahan berat badan baik yaitu 18,3%. Pengetahuan yang dimiliki seorang ibu akan mempengaruhi dalam pengambilan keputusan dan juga akan berpengaruh pada perilakunya.*

Tujuan penelitian : *Untuk mengetahui hubungan pengetahuan ibu hamil tentang kebutuhan gizi dengan penambahan berat badan pada masa kehamilan di Kecamatan Sedayu.*

Metode Penelitian : *Survei analitik dengan pendekatan Cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu hamil trimester III di Kecamatan Sedayu. Teknik pengambilan sampel menggunakan quota sampling. Sampel yang digunakan sebanyak 78 ibu hamil trimester III. Instrumen yang digunakan kuesioner, microtois, dan timbangan digital. Analisis data yang digunakan chi kuadrat.*

Hasil Penelitian : *Hasil analisis univariat menunjukkan sebagian besar responden memiliki pengetahuan kebutuhan gizi dalam kategori baik yaitu 61 orang (78,2%) dan responden yang mengalami penambahan berat badan dalam kategori baik yaitu 56 orang (71,8%). Hasil analisis bivariat menggunakan uji statistik chi-square, dengan tingkat kepercayaan 95% diperoleh nilai p-value (0,010) < α (0,05).*

Kesimpulan : *Terdapat hubungan antara pengetahuan ibu hamil dengan penambahan berat badan pada masa kehamilan di Kecamatan Sedayu.*

Kata Kunci : *Kebutuhan Gizi Ibu Hamil, Pengetahuan, Pertambahan Berat Badan Ibu Hamil*

PENDAHULUAN

Kebutuhan gizi bagi ibu hamil terus bertambah seiring dengan berbagai perubahan yang menyertainya. Ketidakmampuan seorang ibu hamil untuk mencukupi kebutuhan gizinya akan berdampak pada berat bayi yang akan dilahirkan. Mengingat ibu hamil memerlukan nutrisi lebih banyak untuk memenuhi kebutuhan gizi sang ibu dan janin.(1)

Kehamilan menyebabkan meningkatnya metabolisme energi, karena itu kebutuhan energi dan zat gizi lainnya meningkat selama kehamilan. Peningkatan energi dan zat gizi tersebut diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan janin, penambahan besarnya organ kandungan, perubahan komposisi dan metabolisme tubuh ibu, sehingga kekurangan zat gizi tertentu yang diperlukan saat hamil dapat menyebabkan janin tumbuh tidak sempurna.(2)

Status gizi ibu hamil sangat mempengaruhi pertumbuhan janin dalam kandungan. Apabila status gizi ibu buruk, baik sebelum kehamilan dan selama kehamilan akan menyebabkan berat badan lahir rendah (BBLR). Disamping itu, akan mengakibatkan terhambatnya pertumbuhan otak janin, anemia pada bayi baru lahir, bayi baru lahir mudah terinfeksi, keguguran dan lain sebagainya.(3)

Pengetahuan sangat erat hubungannya dengan pendidikan, dimana diharapkan bahwa pendidikan yang tinggi maka orang tersebut akan semakin luas pula pengetahuannya.(4) Pengetahuan yang dimiliki seorang ibu akan mempengaruhi dalam pengambilan keputusan dan juga akan berpengaruh pada perilakunya. Ibu dengan pengetahuan gizi yang baik, kemungkinan akan memberikan gizi yang cukup bagi bayinya.(2) Ketua umum Persagi Pangan Indonesia, Profesor Hardinsyah mengatakan bahwa baik masyarakat mampu maupun masyarakat tidak mampu di Indonesia pengetahuan tentang gizi seimbang masih kurang, karena masyarakat belum tentu

sehari-harinya mampu memenuhi tiga kebutuhan gizi seperti pangan hewani, buah dan sayur untuk dikonsumsi setiap hari.(5)

Berat badan ibu sebelum hamil dan kenaikan berat badan selama hamil kurang (*underweight*) atau lebih (*overweight*) dari normal akan membuat kehamilan menjadi beresiko. Berat badan ibu yang kurang akan beresiko melahirkan bayi dengan berat badan kurang atau berat bayi lahir rendah (BBLR). Bayi dengan BBLR akan terganggu perkembangan dan kecerdasannya, selain kesehatan fisiknya yang juga kurang bagus. Sedangkan berat badan ibu berlebih atau naik sangat cepat juga beresiko mengalami pendarahan atau bisa jadi merupakan indikasi awal terjadinya keracunan kehamilan (*pre-eklampsia*) atau diabetes. Mula-mula *overweight*, lalu tensi naik, bengkak kaki, ginjal bermasalah, akhirnya keracunan kehamilan. Bayi juga akan beresiko terhambatnya pertumbuhan janin, pengiriman makanan ke janin jadi berkurang karena adanya penyempitan pembuluh darah. Bila penyempitan pembuluh darah menjadi hebat, bisa berakibat fatal bagi janin. Berat badan ibu yang berlebihan juga bisa mempengaruhi proses persalinan.(2)

Menurut Penelitian Harti L.N, dkk yang dilakukan tahun 2016 di Kabupaten Praya, NTB menunjukkan bahwa 81,7% ibu hamil mengalami penambahan berat badan yang tidak baik selama kehamilan, sedangkan 18,3% ibu hamil mengalami penambahan berat badan yang baik. Sebagian besar responden berstatus gizi normal dengan rata-rata IMT 21,68 kg/m² ($\pm 1,887$ SD) dan rata-rata penambahan berat badan selama kehamilan $7,06 \pm 3,956$ SD. Penambahan berat badan dikategorikan baik bila kenaikan berat badan sesuai anjuran kenaikan berat badan berdasarkan IMT.(6) Kenaikan berat badan yang rendah selama kehamilan dan lingkaran lengan atas (LILA) yang kurang dari 23,5 cm merupakan indikator kurang gizi pada ibu hamil.(7)

Menurut WHO (2007), angka kejadian kekurangan energi kronik (KEK) pada ibu hamil di Indonesia masih tergolong tinggi yaitu sebesar 35,5%.(4) Hasil Risesdas menunjukkan prevalensi risiko KEK pada wanita usia subur (WUS) di Indonesia pada tahun 2007 sebesar 13,6% (8) dan pada tahun 2013 sebesar 20,8%.(9) Prevalensi ibu hamil yang mengalami KEK pada tahun 2007 di Kabupaten/Kota Bantul yaitu 17,3%, di Kabupaten/Kota Sleman yaitu 23,1% (10) dan pada tahun 2013 di Kabupaten/Kota Bantul yaitu 31,6%, di Kabupaten/Kota Yogyakarta dan Sleman yaitu 12,8%.(11) Data yang diperoleh dari Puskesmas Sedayu I Kabupaten Bantul, prevalensi KEK pada ibu hamil tahun 2015 sebesar 8,38% dan pada tahun 2016 prevalensi KEK pada ibu hamil sedikit meningkat yaitu sebesar 8,9%. Pada Puskesmas Sedayu II Kabupaten Bantul prevalensi KEK pada ibu hamil tahun 2015 sebesar 8,61%, dan pada tahun 2016 prevalensi KEK pada ibu hamil sedikit meningkat yaitu sebesar 11,04%.(12)

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan ibu hamil tentang kebutuhan gizi dengan penambahan berat badan pada masa kehamilan di Kecamatan Sedayu Kabupaten Bantul Yogyakarta.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini merupakan penelitian jenis penelitian survei analitik, yaitu survei atau penelitian yang dilakukan untuk menggali informasi bagaimana dan mengapa fenomena kesehatan itu terjadi didalam masyarakat. Berdasarkan rancangan penelitian maka peneliti menggunakan rancangan potong silang (*cross sectional*), yaitu variabel bebas dan variabel terikat, akan dikumpulkan dalam waktu yang bersamaan.(13)

Penelitian ini dilakukan di dua Puskesmas Kecamatan Sedayu Kabupaten Bantul Yogyakarta, yaitu Puskesmas Sedayu I dan Puskesmas Sedayu II. Penelitian dilakukan

pada bulan Maret sampai April tahun 2018. Populasi dalam penelitian adalah seluruh ibu hamil trimester III yang tercatat di Puskesmas Sedayu I dan Puskesmas Sedayu II yang berjumlah 96 jiwa ibu hamil dari bulan Februari sampai April 2018.(12)

Besar sampel untuk menentukan jumlah sampel yang didapat mewakili populasi maka digunakan perhitungan dengan menggunakan metode yang dirumuskan Slovin. Dari rumus Slovin diperoleh sampel sebanyak 78 orang.(13) Kriteria inklusi dalam penelitian ini sebagai berikut: ibu hamil trimester III, ibu hamil yang memiliki buku KIA, ibu hamil yang memahami bahasa Indonesia, ibu hamil yang bisa baca tulis, ibu hamil yang tidak memiliki penyakit kronis (seperti hipertensi, ginjal, jantung, diabetes mellitus). Kriteria Eksklusi dalam penelitian ini sebagai berikut: ibu hamil yang tidak bersedia menjadi responden, ibu hamil yang hamil kembar, ibu hamil yang tidak tahu berat badannya sebelum hamil. Sampel dikumpulkan dengan cara diundang ke Puskesmas Sedayu I dan Puskesmas Sedayu II, apabila tidak hadir maka akan dilakukan kunjungan ke rumah- rumah ibu hamil (*door to door*).

Variabel bebas yaitu pengetahuan ibu hamil tentang kebutuhan gizi, variabel terikat yaitu penambahan berat badan pada masa kehamilan. Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner, *microtois*, dan timbangan digital. Alat kuesioner ini terbagi menjadi 3 bagian yaitu kuesioner identitas umum responden, kuesioner pengetahuan ibu hamil tentang kebutuhan gizi yang terdiri dari 27 pertanyaan, dan Kuesioner data kenaikan berat badan ibu hamil dengan menggunakan berat badan saat ini dibandingkan dengan indeks masa tubuh (IMT).(14)

Uji validitas dan uji reliabilitas dilakukan di Puskesmas Kasihan I, karena mempunyai karakteristik yang sama dengan Puskesmas yang ada di Kecamatan Sedayu, sebanyak 30 ibu hamil trimester III. Validitas adalah suatu indeks yang menunjukkan alat ukur itu benar-benar mengukur apa yang diukur. Uji validitas dilakukan dengan bantuan program komputerisasi. Hasil *r* hitung dibandingkan *r* tabel pada taraf kesalahan 5%. Berdasarkan hasil uji validitas, dari 32 pernyataan pada variabel pengetahuan ibu hamil terdapat 5 item pernyataan yang tidak valid yaitu item nomor 5, 8, 10, 23 dan 25 dikarenakan *r* hitung < *r* tabel dan yang sisanya 27 item pernyataan mempunyai nilai *r* hitung > *r* tabel sehingga dapat disimpulkan valid dan layak digunakan untuk pengambilan data penelitian. Uji reliabilitas adalah suatu cara untuk mengetahui sejauh mana suatu alat ukur dapat dipercaya atau diandalkan. Hasil uji reliabilitas nilai yang didapatkan sebesar 0,847 yang berarti kuesioner penelitian ini dinyatakan sangat reliabel dan layak digunakan sebagai instrument penelitian.

Teknik pengolahan data, antara lain *Editing* yaitu pengecekan kelengkapan data kuesioner yang telah terkumpul, *Coding* yaitu memberi kode berupa angka, *Entry data* yaitu melakukan proses memasukkan data dari kuesioner kedalam komputer, dan *tabulasi* yaitu memberikan skor terhadap jawaban kuesioner. Teknik analisis data, Analisis bivariat menggunakan analisis *Chi-Square*.(13)

HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Karakteristik Responden

Karakteristik responden dideskripsikan berdasarkan umur ibu, pendidikan ibu, pekerjaan ibu dan pekerjaan suami. Adapun karakteristik responden dapat dilihat dalam dalam tabel 4.1 berikut ini.

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden di Kecamatan Sedayu

No.	Karakteristik	Frekuensi (n)	%
Umur			
1	<20 tahun	3	3,8
2	20-35 tahun	56	71,8
3	>35 tahun	19	24,4
Pendidikan Ibu			
1	Tamat SD	7	9,0
2	Tamat SMP	17	21,8
3	Tamat SMA	47	60,3
4	Tamat PT	7	9,0
Pekerjaan Ibu			
1	IRT	56	71,8
2	Petani	1	1,3
3	Wiraswasta/Pedagang	6	7,7
4	PNS/TNI/POLRI	1	1,3
5	Swasta	14	17,9
Pekerjaan Suami			
1	Petani	7	9,0
2	Wiraswasta/Pedagang	9	11,5
3	PNS/TNI/POLRI	1	1,3
4	Swasta	61	78,2

Berdasarkan tabel 4.1, dapat diketahui sebagian besar responden berumur antara 20-35 tahun sebanyak 56 orang (71,8%) dan sebagian besar pendidikan responden adalah tamat SMA sebanyak 47 orang (60,3%). Untuk Pekerjaan ibu diketahui bahwa sebagian besar responden adalah ibu rumah tangga sebanyak 56 orang (71,8%) dan sebagian besar suami responden adalah pekerja swasta sebanyak 61 orang (78,2%).

Tabel 4.2 Distribusi Mean dan Median Karakteristik Responden di Kecamatan Sedayu

No.	Karakteristik	Mean	Median
1	Umur Ibu Hamil	30,06	29
2	Umur Kehamilan	32,21	31
3	Pertambahan Berat Badan	0,34	0,35
4	Status Gizi Ibu Hamil	2,9	3

Berdasarkan tabel 4.2, dapat diketahui mean umur ibu hamil yaitu 30,06 dan mean umur kehamilan yaitu 32,21. Untuk mean pertambahan berat badan yaitu 0,34 dan mean status gizi ibu hamil yaitu 2,9.

b. Pengetahuan Ibu Hamil tentang Kebutuhan Gizi

Pengetahuan ibu hamil tentang kebutuhan gizi dapat diklasifikasikan menjadi 2 kategori, yaitu katagori baik dan katagori cukup. Adapun pengetahuan ibu hamil tentang kebutuhan gizi dapat dilihat dalam dalam tabel 4.3 berikut ini.

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Responden di Kecamatan Sedayu

No.	Katagori Pengetahuan Ibu Hamil	N	Persentasi (%)
1	Baik	61	78,2
2	Cukup	17	21,8
	Jumlah	78	100,0

Berdasarkan tabel 4.3, dapat diketahui bahwa pengetahuan ibu hamil tentang kebutuhan gizi di Kecamatan Sedayu, sebagian besar responden dalam kategori baik sebanyak 61 orang (78,2%).

Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Responden dengan Karakteristik Responden di Kecamatan Sedayu

Variabel	Pengetahuan Ibu Hamil				Σ	
	Baik		Cukup			
	N	%	N	%	N	%
Umur						
<20 tahun	2	66,7	1	33,3	3	100
20-35 tahun	47	83,9	9	16,1	56	100
>35 tahun	12	63,2	7	36,8	19	100
Jumlah	61	78,2	17	21,8	78	100
Pendidikan						
Tinggi	42	78,8	12	22,2	54	100
Rendah	19	79,2	5	20,8	24	100
Jumlah	61	78,2	17	21,8	78	100
Pekerjaan						
IRT	46	82,1	10	17,9	56	100
Petani	1	100	0	0	1	100
Wiraswasta/Pedagang	6	100	0	0	6	100
PNS/TNI/POLRI	1	100	0	0	1	100
Swasta	7	50	7	50	14	100
Jumlah	61	78,2	17	21,8	78	100

Berdasarkan tabel 4.4, dapat diketahui bahwa ibu hamil yang berpengetahuan baik persentase tertinggi berumur 20-35 tahun, sebanyak 47 orang (83,9%), sedangkan kategori pengetahuan cukup persentase tertinggi berumur >35 tahun, yaitu 7 orang (36,8%). Ibu hamil yang berpengetahuan baik persentase tertinggi berpendidikan rendah, sebanyak 19 orang (79,2%), sedangkan kategori pengetahuan cukup persentase tertinggi berpendidikan tinggi, sebanyak 12 orang (22,2%). Ibu hamil yang berpengetahuan baik persentase tertinggi bekerja sebagai petani, wiraswasta/pedagang, dan PNS/TNI/POLRI sebanyak 1 orang, 6 orang dan 1 orang (100%), sedangkan kategori pengetahuan cukup persentase tertinggi bekerja sebagai swasta, sebanyak 7 orang (50%).

Pada penelitian ini pertanyaan yang masih $\geq 30\%$ responden menjawab dengan salah yaitu pada pertanyaan nomer 4, 12 dan 14 tentang manfaat lingkaran lengan atas (LILA) sebagai salah satu parameter menilai status gizi, sumber omega 3 dan vitamin A yang tidak boleh berlebihan. Pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indra manusia yakni penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia di peroleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk tindakan seseorang.(15)

Ibu hamil yang memiliki pengetahuan tentang kebutuhan gizi tentunya menyadari akan dampak dari tidak terpenuhinya gizi. Ibu hamil tersebut tentunya tidak mau mengalami gangguan pada saat persalinan seperti persalinan yang sulit dan lama, serta mempengaruhi proses pertumbuhan janin dan dapat menimbulkan keguguran. Dengan demikian ibu hamil tersebut akan berusaha menjaga kesehatannya terutama yang berhubungan dengan kesehatan sehingga akan berpengaruh terhadap status gizinya.(2)

Pengetahuan ibu hamil tentang kebutuhan gizi di pengaruhi berbagai macam faktor, salah satu faktor karakteristik responden yang mempengaruhi pengetahuan seseorang, yaitu pendidikan. Pendidikan diperlukan untuk mendapatkan informasi misalnya hal-hal yang menunjang kesehatan sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup. Pendidikan dapat mempengaruhi seseorang termasuk juga perilaku seseorang akan pola hidup, pada umumnya makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah menerima informasi. Pengetahuan sangat erat kaitannya dengan pendidikan dimana diharapkan seseorang dengan pendidikan tinggi, maka orang tersebut akan semakin luas pula pengetahuannya.(15) Pengetahuan dalam penelitian ini yang paling tinggi pada ibu hamil yang yang berpendidikan rendah, hal ini disebabkan karena pengetahuan tidak semata-mata didapat dari bangku sekolah melainkan dari informasi yang didapatkan baik dari petugas kesehatan, keluarga, tetangga, teman maupun dari media massa.(16) (17)

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Arifin (18) di Puskesmas Pleret Bantul bahwa sebanyak 29 orang (80,6%) dalam penelitiannya mempunyai pengetahuan yang baik, ibu hamil yang pengetahuannya baik memiliki status gizi baik sebanyak 28 orang (77,8%) dan ibu hamil yang pengetahuannya cukup memiliki status gizi kurang sebanyak 4 orang (11,1%). Ibu hamil yang pengetahuan baik dalam penelitian ini sebanyak 61 orang (78,2%), ibu hamil yang pengetahuan baik memiliki penambahan berat badan baik sebanyak 48 orang (78,7%) dan ibu hamil yang pengetahuan cukup memiliki penambahan berat badan tidak baik sebanyak 9 orang (52,9%).

c. Penambahan Berat Badan pada Masa Kehamilan

Penambahan berat badan ibu hamil pada masa kehamilan dapat diklasifikasikan menjadi 2 kategori, yaitu katagori baik dan katagori tidak baik. Adapun penambahan berat badan ibu hamil pada masa kehamilan dapat dilihat dalam dalam tabel 4.5 berikut ini.

Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Penambahan Berat Badan Responden di Kecamatan Sedayu

No	Katagori Penambahan Berat Badan Ibu Hamil	N	Persentasi (%)
1	Baik	56	71,8
2	Tidak Baik	22	28,2
	Jumlah	78	100,0

Berdasarkan tabel 4.5, dapat diketahui bahwa penambahan berat badan ibu hamil pada masa kehamilan di Kecamatan Sedayu, sebagian besar responden dalam kategori baik sebanyak 56 orang (71,8%).

Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Pertambahan Berat Badan Responden dengan Karakteristik Responden di Kecamatan Sedayu

Variabel	Penambahan BB Ibu Hamil				Σ	
	Baik		Tidak Baik			
	N	%	N	%	N	%
Umur						
<20 tahun	3	100	0	0	3	100
20-35 tahun	39	69,6	17	30,4	56	100
>35 tahun	14	73,7	5	26,3	19	100
Jumlah	56	71,8	22	28,2	78	100
Pendidikan						
Tinggi	40	74,1	14	25,9	54	100
Rendah	16	66,7	8	33,3	24	100
Jumlah	56	71,8	22	28,2	78	100
Pekerjaan						
IRT	40	71,4	16	28,6	56	100
Petani	0	0	1	100	1	100
Wiraswasta/Pedagang	6	100	0	0	6	100
PNS/TNI/POLRI	0	0	1	100	1	100
Swasta	10	71,4	4	28,6	14	100
Jumlah	56	71,8	22	28,2	78	100

Berdasarkan tabel 4.6, dapat diketahui bahwa ibu hamil yang mengalami pertambahan berat badan baik persentase tertinggi berumur <20 tahun, sebanyak 3 orang (100%), sedangkan kategori penambahan berat badan tidak baik persentase tertinggi berumur 20-35 tahun, sebanyak 17 orang (30,4%). Ibu hamil yang mengalami pertambahan berat badan baik persentase tertinggi berpendidikan tinggi, sebanyak 40 orang (74,1%), sedangkan kategori penambahan berat badan tidak baik persentase tertinggi berpendidikan rendah, sebanyak 8 orang (33,3%). Ibu hamil yang mengalami pertambahan berat badan baik persentase tertinggi bekerja sebagai wiraswasta, sebanyak 6 orang (100%), sedangkan kategori penambahan berat badan tidak baik persentase tertinggi bekerja sebagai petani dan PNS/TNI/POLRI, yaitu 1 orang (100%).

Penambahan berat badan ibu selama hamil menandakan adanya adaptasi ibu terhadap pertumbuhan janin dan terdapat penimbunan kelebihan lemak di tubuh yang berlebihan pada ibu hamil. Batas kenormalan kenaikan berat badan ibu hamil sendiri tergantung dari indeks massa tubuh (IMT) wanita sebelum hamil.

Penambahan berat badan selama hamil idealnya berbeda-beda setiap orangnya, tergantung dari berat badan sebelum hamil.(19) Status gizi ibu hamil dalam penelitian ini rata-rata (mean) yaitu 2,9 dan nilai tengah (median) yaitu 3 kategori status gizi baik.

Penambahan berat badan pada ibu hamil selama kehamilan dipengaruhi berbagai macam faktor seperti faktor karakteristik responden yang meliputi umur dan pekerjaan. Kondisi fisik ibu hamil dengan usia kurang atau lebih dari usia reproduksi sehat akan sangat menentukan proses kelahiran, kondisi janin maupun kondisi ibu itu sendiri.(20) Pada penelitian ini sebagian besar responden termasuk dalam kategori usia reproduksi sehat yaitu antara 20-35 tahun sebanyak 56 orang (71,8%). Rata-rata (mean) umur ibu hamil yaitu 30,06 dan nilai tengah (median) yaitu 29 tahun. Usia muda membutuhkan tambahan gizi yang banyak untuk pertumbuhan dan perkembangan dirinya sendiri dan janinnya. Ibu hamil yang berusia muda sebanyak 3 orang (3,8%) dan penambahan berat badan ibu hamil dalam kategori baik. Untuk umur tua membutuhkan energi yang besar juga karena fungsi organ yang makin melemah maka memerlukan tambahan energi yang cukup guna mendukung kehamilan yang sedang berlangsung. Kesibukan bekerja yang dilakukan ibu selama kehamilan dapat mempengaruhi penambahan berat badan ibu karena semakin banyak aktivitas yang dilakukan saat bekerja, maka energi yang dibutuhkan juga semakin banyak. (2)

Kenaikan berat badan yang sesuai sangat penting bagi ibu hamil karena akan mempengaruhi outcome kelahiran yang baik. Kenaikan berat badan yang tidak sesuai dapat berdampak buruk pada ibu dan bayi dalam kandungannya (21). Berat badan ibu sebelum hamil dan kenaikan berat badan ibu selama hamil kurang (underweight) atau lebih (overweight) dari normal akan membuat kehamilan menjadi beresiko. Ibu hamil yang kenaikan berat badannya tidak sesuai dengan standar IOM, berjumlah 22 orang, sebagian ibu hamil yang kenaikan berat badan kurang sebanyak 20 orang dan ibu hamil yang kenaikan beratnya lebih 2 orang. Berat badan ibu hamil yang kurang akan berisiko melahirkan bayi dengan berat badan kurang atau Berat Bayi Lahir Rendah (BBLR). Bayi dengan BBLR tentu akan terganggu perkembangan dan kecerdasannya. Sedangkan berat badan ibu berlebih juga berisiko mengalami perdarahan atau bisa menjadi indikasi awal terjadinya keracunan kehamilan (pre-eklamsia) atau diabetes juga bisa mempengaruhi proses persalinan (2).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Nurhayati (22) di Bantul Yogyakarta menunjukkan bahwa sebanyak 48 orang (67,6%) responden dalam penelitiannya mempunyai IMT pra hamil normal dan 44 orang (62%) responden mengalami kenaikan berat badan selama hamil sesuai rekomendasi Institute of Medicine (IOM) (21). Ibu hamil dalam penelitian ini yang mengalami penambahan berat badan sesuai rekomendasi IOM sebanyak 56 orang (71,8%). Rata-rata (mean) penambahan berat badan ibu hamil yaitu 0,34 BB/Mgg.

d. Analisis *Bivariate*

Analisis bivariate didalam penelitian ini, digunakan untuk mengetahui apakah ada hubungan yang signifikan atau bermakna, antara variabel independen pengetahuan ibu hamil tentang kebutuhan gizi dengan variabel dependen penambahan berat badan pada masa kehamilan. Adapun hasil analisisnya dalam tabel 4.7 berikut ini.

Tabel 4.7 Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil dengan Penambahan Berat Badan Responden di Kecamatan Sedayu

Variabel	Penambahan BB Ibu Hamil				Σ		p-value
	Baik		Tidak Baik				
Pengetahuan Ibu Hamil	N	%	N	%	N	%	
Baik	48	78,7	13	21,3	61	100	0,010
Cukup	8	47,1	9	52,9	17	100	
Jumlah	56	71,8	22	28,2	78	100	

Berdasarkan tabel 4.7, dapat diketahui bahwa ibu hamil yang pengetahuan baik memiliki penambahan berat badan baik sebanyak 48 orang (78,7%). Ibu hamil yang pengetahuan cukup memiliki penambahan berat badan baik sebanyak 8 orang (47,1%). Ibu hamil yang pengetahuan baik memiliki penambahan berat badan tidak baik sebanyak 13 orang (21,3%). Ibu hamil yang pengetahuan cukup memiliki penambahan berat badan tidak baik sebanyak 9 orang (52,9%). Hasil analisis dengan uji statistik chi-square dengan nilai $p < 0,05$ ($p = 0,010$). Kesimpulan H_0 di tolak yang artinya bahwa terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara pengetahuan ibu hamil dengan penambahan berat badan ibu hamil di kecamatan Sedayu.

Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi penambahan berat badan ibu selama kehamilan. Pengetahuan yang dimiliki seorang ibu akan mempengaruhi dalam pengambilan keputusan dan juga akan berpengaruh pada perilaku ibu khususnya berkaitan dengan konsumsi makanan. Ibu dengan pengetahuan gizi yang baik, akan memberikan gizi yang cukup bagi bayinya, sehingga akan terjadi penambahan berat badan yang baik.(2)

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Rahayu (23) di desa Candil Semarang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu hamil tentang kebutuhan gizi dengan peningkatan berat badan selama hamil di desa Candi Semarang menggunakan uji Spearman Rank didapat nilai χ^2 hitung sebesar 5,79 dengan p-value 0,01. Oleh karena p-value = 0,01, α (0,05), penelitian tersebut menyimpulkan bahwa penambahan berat badan ibu hamil dapat dipengaruhi oleh pengetahuan ibu hamil. Ibu hamil dengan pengetahuan kurang sebagian besar mengalami peningkatan berat badan tidak normal sebanyak 4 orang (100%), sedangkan ibu hamil dengan pengetahuan baik sebagian besar mengalami peningkatan berat badan normal sebanyak 13 orang (81,2%).

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisis tentang “Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil tentang Kebutuhan Gizi dengan Penambahan Berat Badan pada Masa Kehamilan di Kecamatan Sedayu” dengan jumlah responden 78 orang dapat disimpulkan terdapat hubungan antara pengetahuan ibu hamil tentang kebutuhan gizi dengan penambahan berat badan pada masa kehamilan di Kecamatan Sedayu Karakteristik responden di Kecamatan Sedayu sebagian besar responden berumur antara 20-35 tahun yaitu sebanyak 56 orang (71,8%) dan berpendidikan tamat SMA sebanyak 47 orang (60,3%). Untuk Pekerjaan ibu diketahui bahwa sebagian besar responden adalah ibu rumah tangga sebanyak 56 orang (71,8%) dan pekerjaan suami responden adalah pekerja swasta sebanyak 61 orang

(78,2%). Mean umur ibu hamil yaitu 30,06 dan mean umur kehamilan yaitu 32,21. Untuk mean pertambahan berat badan yaitu 0,34 dan mean status gizi ibu hamil yaitu 2,9. Pengetahuan ibu hamil tentang kebutuhan gizi di Kecamatan Sedayu sebagian besar dalam kategori baik 61 orang (78,2%). Penambahan berat badan pada masa kehamilan di Kecamatan Sedayu sebagian besar dalam kategori baik 56 orang (71,8%).

Berdasarkan hasil penelitian ini disarankan bagi Institusi Pendidikan, diharapkan penelitian ini dapat menjadi referensi tambahan untuk menambah ilmu pengetahuan tentang kebutuhan gizi ibu hamil dan penambahan berat badan pada masa kehamilan di perpustakaan Universitas Alma Ata Yogyakarta. Bagi Institusi Puskesmas Sedayu berdasarkan hasil penelitian ini $\geq 30\%$ responden yang menjawab salah di beberapa pertanyaan yaitu tentang manfaat lingkaran lengan atas (LILA) sebagai salah satu parameter menilai status gizi, sumber omega 3 dan vitamin A yang tidak boleh berlebihan, jadi diharapkan terhadap pihak Puskesmas dan petugas kesehatan lainnya, seperti ahli gizi dan bidan untuk meningkatkan mutu pelayanan kesehatan yang berkaitan penyuluhan dan edukasi terhadap hal tersebut. Bagi Responden diharapkan responden dapat meningkatkan kesadarannya untuk memperhatikan kesehatan dan asupan gizi saat hamil dengan selalu memeriksa kehamilannya ke Puskesmas atau pelayanan kesehatan lainnya serta mengikuti kegiatan kelas ibu hamil dan konseling gizi di pelayanan kesehatan terdekat.

RUJUKAN

1. Istiany, A. dan Rusilanti. *Gizi Terapan*. Bandung: PT Remaja Roskadarya; 2014.
2. Ariani, A.P. *Ilmu Gizi*. Yogyakarta: Nuha Medika; 2017.
3. Supariasa, IDW. Bachyar, B. dan Ibnu, F. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: EGC; 2001.
4. Wawan, A. dan Dewi, M. *Teori & Pengukuran Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta: Nuha Medika; 2010.
5. Windhi. Masyarakat Indonesia masih Kurang Pengetahuan Gizi Seimbang. [internet]. 06 Feb 2016. Di akses dari <http://www.centroone.co.id/News/Detail/2016/2/6/7040/masyarakat-indonesia-masih-kurang-pengetahuan-gizi-seimbang>
6. Leny BH, Inggita K, Irwan H. Hubungan Status Gizi dan Pola Makan terhadap Pertambahan Berat Badan Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Penujak Kecamatan Praya Barat Nusa Tenggara Barat. *Indonesia Journal of Human Nutrition* [internet]. Juni 2016 vol.3 No.1 Suplemen : 54-62. Diakses dari [http://download.portalgaruda.org/article.php?article=462598&val=7364&title=Hubungan%20Status%20Gizi%20dan%20Pola%20Makan%20terhadap%20Penambahan%20Berat%20Badan%20Ibu%20Hamil%20\(Correlation%20between%20Nutritional%20Status%20and%20Dietary%20Pattern%20on%20Pregnant%20Mother%20C3%A2%E2%82%AC%E2%84%A2s%20Weight%20Gain\)](http://download.portalgaruda.org/article.php?article=462598&val=7364&title=Hubungan%20Status%20Gizi%20dan%20Pola%20Makan%20terhadap%20Penambahan%20Berat%20Badan%20Ibu%20Hamil%20(Correlation%20between%20Nutritional%20Status%20and%20Dietary%20Pattern%20on%20Pregnant%20Mother%20C3%A2%E2%82%AC%E2%84%A2s%20Weight%20Gain))
7. Setiani Nur. Hubungan Asupan Energi, Protein, Lemak, Karbohidrat Ibu Hamil Terhadap Penambahan Berat Badan Kehamilan Selama Tiga Bulan Di Kecamatan Turi Dan Kecamatan Tempel [Skripsi]. Yogyakarta: Universitas Gajah Mada; 2016.
8. [RISKESDAS] Riset Kesehatan Dasar. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Departemen Kesehatan, Republik Indonesia. Jakarta: 2007. [internet]. Di akses dari <https://www.k4health.org/sites/default/files/laporanNasional%20Riskesdas%202007.pdf>
9. Kemenkes RI. Riset Kesehatan Dasar; RISKESDAS. Jakarta: Kemenkes RI; 2013. [internet]. Di akses dari <http://www.depkes.go.id/resources/download/general/Hasil%20Riskesdas%202013.pdf>

10. Riset Kesehatan Dasar. Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) Provinsi di Yogyakarta. Tahun 2007. [internet]. Di akses dari <https://www.google.com/search?q=data+riskedas+2007+di+jogya&ie=utf-8&oe=utf-8&client=firefox-b>
11. Kementerian Kesehatan RI, Riskedas Dalam Angka Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta: Lembaga Penerbitan Badan Litbangkes; 2013. [internet]. Di akses dari http://www.pusat2.litbang.depkes.go.id/pusat2_v1/wp-content/uploads/2015/02/Riskedas-Dalam-Angka-Prov-DIY.pdf
12. Profil Puskesmas Sedayu I dan Puskesmas Sedayu II Kabupaten Bantul Yogyakarta, 2016.
13. Notoatmodjo, S. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta; 2014.
14. Machfoedz, I. *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Yogyakarta: Fitramaya; 2016.
15. Priyoto. *Teori Sikap & Perilaku dalam Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika; 2014.
16. Notoatmodjo, S. *Promosi Kesehatan Teori & Aplikasi*. Jakarta: Rineka Cipta; 2010.
17. Kurnia N, Paratmanitya Y, Maharani O. Pengetahuan Ibu Hamil Trimester III tentang KB Pasca Persalinan di Puskesmas Jetis Kota, Yogyakarta. *Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia* [internet]. 28 Januari 2014. Diakses dari <http://ejournal.almaata.ac.id/index.php/JNKI>
18. Arifin Rochman. Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu tentang Kebutuhan Gizi Ibu Hamil dengan Status Gizi Ibu Hamil di Puskesmas Pleter Bantul [KTI]. Yogyakarta: Universitas Muhammadiyah Yogyakarta; 2016.
19. Sharlin J. dan Edelstein S. *Essentials of Life Cycle Nutrition*. Canada: Jones and Bartlett Publishers; 2011. 1-35. Diakses dari http://samples.jbpub.com/9780763777920/77920_xxFM_00i_0xx.pdf
20. Nurlailiyah A, Machfoedz I, Sari D.P. Tingkat Pengetahuan tentang Faktor Resiko Persalinan dengan Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Persalinan pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Sleman Yogyakarta. *Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia* [internet]. 3 Oktober 2015. Diakses dari <http://ejournal.almaata.ac.id/index.php/JNKI>
21. Institute of Medicine. *Weight Gain During Pregnancy: Reexamining The Guidelines*. Washington: National Academy Press; 2009.
22. Nurhayati, K. Indeks Massa Tubuh (IMT) Pra Hamil dan Kenaikan Berat Badan Ibu selama Hamil berhubungan dengan Berat Badan Bayi Lahir. *Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia* [internet]. 2016.4(1).1-5. Diakses dari <http://ejournal.almaata.ac.id/index.php/JNKI>
23. Rahayu NF, Cristiani N, Nirmasari C. Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Kebutuhan Gizi dengan Peningkatan Berat Badan selama Hamil di Desa Candi Kecamatan Bandungan Kabupaten Semarang. Artikel [internet]. Diakses dari <http://perpusnwu.web.id/karyaimiah/documents/3804.pdf>