

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN STATUS  
GIZI IBU HAMIL DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS  
LALUNDU KABUPATEN DONGGALA**

***THE FACTORS RELATED TO NUTRITION STATUS OF PREGNANT  
WOMEN IN PUBLIC HEALTH CENTER LALUNDU DONGGALA***

**<sup>1</sup>Suhaeti, <sup>2</sup> Abdul Hakim Laenggeng, <sup>3</sup> Eka Prasetya Hati Baculu**  
*<sup>1,2,3</sup>Bagian Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Palu*  
(Email: suhaeti678@gmail.com)  
(Email: ah.laenggeng@yahoo.co.id)  
(Email: ekaprasetyahati@gmail.com)

**Alamat Korespondensi:**

Suhaeti  
Fakultas Kesehatan Masyarakat  
Universitas Muhammadiyah Palu  
Hp : +6823-4755-0584  
Email : suhaeti678@gmail.com

**ABSTRAK**

Kekurangan gizi masih menjadi masalah yang menjadi penyebab utama kematian ibu dan anak sehingga perlu untuk diatasi agar menurunkan angka kejadiannya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi Ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Lalundu Kabupaten Donggala. Penelitian ini adalah jenis penelitian analitik dengan menggunakan pendekatan *Cross Sectional Study* dimana data yang menyangkut data variabel independen dan variabel dependen akan dikumpulkan dalam waktu yang bersamaan. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 54 orang ibu hamil diperoleh dari hasil penghitungan dengan menggunakan rumus penentuan sampel dari 117 populasi ibu hamil yang terdaftar di Puskesmas Lalundu Kabupaten Donggala. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan nilai  $p = 0.004$  ( $p < 0.05$ ), anemia dengan nilai  $p = 0.001$  ( $p < 0.05$ ), dan pola makan dengan nilai  $p = 0.001$  ( $p < 0.05$ ) dengan status gizi ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Lalundu Kabupaten Donggala. Kesimpulan dalam penelitian ini yaitu dari ketiga variabel independen yang diteliti (pengetahuan, anemia dan pola makan) didapatkan memiliki hubungan dengan variabel dependen (status gizi pada ibu hamil), saran bagi pihak Puskesmas Lalundu selalu meningkatkan sosialisasi tentang pola makan/asupan makanan pada ibu hamil melalui penyuluhan, pemberian tablet Fe pada ibu hamil setiap kunjungan di fasilitas pelayanan, tujuannya agar menambah pengetahuan ibu hamil dan dapat mencegah terjadinya anemia dan keadaan status gizi tidak normal.

**Kata Kunci :** Pengetahuan, anemia, pola makan, status gizi

**ABSTRACT**

*Malnutrition is still a major cause of maternal and child mortality, so it needs to be overcome to reduce the incidence rate. This research aims at determining the factors related to nutrition status of pregnant women Puskesmas (public health center) Lalundu, Donggala. This is an analytic research using Cross sectional study approach where data*

*concerning data of independent variable and dependent variable will be collected in the same time. The number of samples in this study is 54 pregnant women obtained from the calculation results using the sample determination formula of 117 pregnant women registered in puskesmas Lalundu, Donggala. The results of this research shows that there is a significant correlation between knowledge with  $p = 0.004$  ( $p < 0.05$ ), anemia with  $p = 0.001$  ( $p < 0.05$ ), and diet with  $p = 0.001$  ( $p < 0.005$ ) with pregnant women's nutrition status. The conclusion of this research is that the three independent variables (knowledge, anemia and diet) have a correlation with the dependent variable (pregnant women's nutrition status). The researcher suggests that puskesmas Lalundu must increase its' socialization about diet/food supply in pregnant women through counseling, provision of Fe tablets to pregnant women for every visit at the service facility, the goal is to increase knowledge of pregnant women and it can prevent the occurrence of anemia and abnormal nutritional status.*

**Keywords :** *Knowledge, anemia, dietary habit, nutrition status*

## **PENDAHULUAN**

Gizi merupakan salah satu faktor penentu utama kualitas SDM. Pemenuhan asupan gizi bagi ibu hamil dipengaruhi oleh banyak faktor. Salah satu faktor yang mempengaruhi asupan gizi ibu hamil antara lain faktor pengetahuan. Masih banyak ibu hamil dengan tingkat pengetahuan rendah tentang gizi seimbang selama masa kehamilan, bahkan masih banyak ibu hamil yang mempunyai pendapat yang salah tentang jumlah asupan gizi yang harus diperoleh, misalnya pendapat yang menyatakan bahwa ibu hamil tidak boleh terlalu banyak mengkonsumsi makanan karena dapat membuat janin terlalu besar sehingga menyulitkan proses persalinan (Srianingsih, 2013).

Status gizi ibu hamil merupakan salah satu indikator dalam mengukur status gizi masyarakat. Jika asupan gizi untuk ibu hamil dari makanan tidak seimbang dengan kebutuhan tubuh maka akan terjadi defisiensi zat gizi. 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, serta perubahan komposisi dan metabolisme tubuh ibu. Sehingga kekurangan zat gizi tertentu yang diperlukan saat hamil dapat menyebabkan janin tumbuh tidak sempurna (Rahmaniar, 2011).

Seorang ibu mengalami kekurangan gizi selama hamil akan menimbulkan masalah, baik pada ibu maupun janin yang dikandungnya, antara lain : anemia, perdarahan dan berat badan ibu tidak bertambah secara normal, kurang gizi juga dapat mempengaruhi proses persalinan dimana dapat mengakibatkan persalinan sulit dan lama, premature, perdarahan setelah persalinan, kurang gizi juga dapat mempengaruhi pertumbuhan janin dan dapat

menimbulkan keguguran, abortus, cacat bawaan dan berat janin bayi lahir rendah (Ernawati, 2012).

Masalah yang terjadi di masyarakat adalah masih banyak masyarakat setempat yang pengetahuannya kurang memadai sehingga masyarakat tidak tahu apa itu gizi, dan mengabaikan gizi pada ibu hamil. Sedangkan dengan ekonomi yang rendah, banyak masyarakat tidak mampu memenuhi kebutuhan pangan dengan menu yang seimbang. Sedangkan dengan pola makan, masih ada juga yang berpantang makanan karena masyarakat setempat masih terpengaruh pada tradisi yang ada di desa mereka. Dengan masih adanya masyarakat yang tidak mengetahui tentang gizi serta tidak tahu makanan yang baik untuk ibu hamil, sehingga masih didapatkan ibu hamil yang mengalami gizi kurang di lingkungan masyarakat (Marlan Sambeka, 2013).

Penilaian status gizi merupakan proses pemeriksaan keadaan gizi seseorang dengan cara mengumpulkan data penting, baik yang bersifat subjektif maupun yang bersifat objektif. Status gizi janin ditentukan antara status gizi ibu sebelum dan selama kehamilan. Status gizi ibu sewaktu konsepsi dipengaruhi oleh keadaan sosial ekonomi, keadaan kesehatan dan gizi ibu, paritas dan jarak kehamilan jika yang dikandung bukan anak yang pertama. Penilaian status gizi ibu hamil dapat diukur melalui Berat Badan (BB), Hemoglobin (Hb), Relative Body Weight (RBW) dan Lingkar Lengan Atas (LILA) (Pangemanan, 2013).

Status gizi ibu hamil akan berpengaruh terhadap ibu maupun janin. LILA menunjukkan status nutrisi ibu hamil. LILA < 23,5 cm menunjukkan status nutrisi ibu hamil kurang dan harus mendapatkan penanganan agar tidak terjadi komplikasi pada janin. Gizi kurang pada ibu hamil dapat menyebabkan resiko dan komplikasi pada ibu, seperti anemia, perdarahan dan berat badan ibu tidak bertambah secara normal serta terkena penyakit infeksi. Ibu yang sejak awal mengalami KEK (kurang Energi kronik) akan lebih beresiko melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR) yaitu berat badan bayi <2500 gr. Kekurangan gizi pada ibu hamil dapat mempengaruhi pertumbuhan janin dan dapat menimbulkan keguguran, abortus, bayi lahir mati, kematian neonatal, cacat bawaan, anemia pada bayi, asfiksia intra partum (mati dalam kandungan) dan lahir dengan Berat Bayi Lahir Rendah (BBLR) (Pangemanan, 2013).

Penelitian Bahagiawati (2013) tentang pengetahuan dan kejadian anemia merupakan faktor yang sangat mempengaruhi status gizi ibu hamil di puskesmas Kota Padang, rendahnya pengetahuan dan kurang patuhnya ibu meminum obat zat besi (hemoglobin) sehingga mempengaruhi keadaan status gizi ibu hamil.

Menurut Tanawani (2015) tentang pola makan merupakan faktor yang sangat mempengaruhi status gizi ibu hamil di Kecamatan Yapen Selatan Kabupaten Yapen Waropen, mengatakan bahwa pola makan yang tidak teratur dan asupan zat gizi yang kurang sangat mempengaruhi kurangnya status gizi ibu hamil, hal ini juga dikarenakan selain karena tingkat pendidikan yang rendah, pendapatan sehari-hari keluarga ibu hamil juga sangat kecil, sehingga ibu tidak mampu untuk memenuhi zat gizi dalam tubuhnya.

Data Riskesdas 2013 menunjukkan persentase ibu hamil yang mengalami masalah status gizi di Indonesia dengan prevalensi Kurang Energi Kronis pada wanita hamil sebanyak 34,6%, dan prevalensi Kurang Energi Kronis pada wanita usia subur 15,9% (Surasih, 2014).

Berdasarkan data jumlah kunjungan ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Lalundu Kabupaten Donggala yang terdiri dari 6 Desa antara lain Desa Minti Makmur, Desa Polando Jaya, Desa Polanto Jaya, Desa Tawioka, Desa Tinauka, dan Desa Bukit Indah. Pada tahun 2013 jumlah kunjungan sebanyak 120 orang, dan jumlah ibu yang mengalami kekurangan energi kronik sebanyak 13 orang, tahun 2014 jumlah kunjungan sebanyak 127 orang dan jumlah ibu hamil yang mengalami kekurangan energi kronis sebanyak 17 orang, pada tahun 2015 jumlah kunjungan ibu hamil meningkat sebanyak 223 orang dan jumlah ibu yang mengalami kekurangan energi kronik berjumlah 14 orang, pada tahun 2016 jumlah kunjungan ibu hamil meningkat berjumlah 227 orang dan jumlah ibu yang mengalami kekurangan energi kronis berjumlah 10 orang dan pada tahun 2017 jumlah kunjungan ibu hamil meningkat berjumlah 117 orang dan jumlah ibu yang mengalami kekurangan energi kronis berjumlah 8 orang terjadi peningkatan kunjungan ibu hamil tiap tahunnya dan kejadian kekurangan energi kronik pada ibu hamil menurun tiap tahunnya tapi perlu ada penanganan lebih agar tidak terjadinya energi kronis pada tahun berikutnya untuk ibu hamil yang ada di wilayah kerja puskesmas Lalundu Kabupaten Donggala (Rosmala, 2017).

Data jumlah ibu hamil tahun 2017 berjumlah 117 orang terdiri dari 6 Desa yang ada di Wilayah Kerja Puskesmas Lalundu yaitu Desa Minti Makmur jumlah ibu hamil sebanyak 18 orang, Desa Polando Jaya jumlah ibu hamil sebanyak 14 orang, Desa Polanto Jaya jumlah ibu hamil sebanyak 29 orang, Desa Tawioka jumlah ibu hamil sebanyak 22 orang, Desa Tinauka jumlah ibu hamil sebanyak 24 orang, dan Desa Bukit Indah jumlah ibu hamil sebanyak 10 orang (Rosmala, 2017).

Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Lalundu Kabupaten Donggala”.

## **BAHAN DAN METODE**

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian analitik dengan pendekatan *Cross Sectional* yaitu penelitian yang dilakukan untuk mencari hubungan antara 690 variable independen dengan 690 variable dependen. Lokasi penelitian ini dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Lalundu Kabupaten Donggala. Waktu penelitian ini di mulai pada bulan Januari 2018 s/d Februari 2018

Populasi dalam penelitian adalah semua ibu hamil yang berkunjung dan tercatat di Puskesmas Lalundu Kabupaten Donggala berjumlah 117 pada tahun 2017.

Sampel dalam penelitian ini yaitu semua ibu hamil yang berkunjung di puskesmas Lalundu Kabupaten Donggala yang berjumlah 54 responden yang mewakili jumlah dari populasi.

## **HASIL PENELITIAN**

### **Karakteristik Responden**

1. Tabel 1 (lampiran) karakteristik umur, menunjukkan bahwa sebagian besar umur responden yaitu berumur 20-29 Tahun sebanyak 30 orang (55.6%), balita yang berumur 36-47 Tahun sebanyak 20 orang (37.0%), dan balita yang berumur 48-60 Tahun sebanyak 4 orang (7.4%).
2. Tabel 2 (lampiran) karakteristik pendidikan, menunjukkan bahwa sebagian besar tingkat pendidikan ibu hamil yaitu tingkat pendidikan SMP sebanyak 22 orang (40.7%), tingkat pendidikan SMA sebanyak 16 orang (29.6%), tingkat pendidikan SD sebanyak 12 orang (22.2%) tingkat pendidikan Diplomat sebanyak 3 orang (5.6%) dan tingkat pendidikan sarjana sebanyak 1 orang (1.9%).
3. Tabel 3 (lampiran) karakteristik pekerjaan menunjukkan bahwa sebagian besar pekerjaan responden yaitu IRT sebanyak 37 orang (68.5%), pekerjaan sebagai buruh sebanyak 8 orang (14.8%), pekerjaan sebagai pegawai sebanyak 4 orang (7.4%), pekerjaan sebagai Petani sebanyak 3 orang (5.6%) dan pekerjaan sebagai wiraswasta sebanyak 2 orang (3.7%).

### **Analisis Univariat**

1. Tabel 4 (lampiran) distribusi pengetahuan menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang pengetahuan tinggi sebanyak 30 orang (55.6%) dan pengetahuan yang rendah sebanyak 24 orang (44.4%).

2. Tabel 5 (lampiran) distribusi anemia menunjukkan bahwa sebagian besar responden tidak anemia sebanyak 32 orang (59.3%) dan responden yang anemia sebanyak 22 orang (40.7%).
3. Tabel 6 (lampiran) distribusi pola makan menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan pola makan yang “baik” sebanyak 34 orang (63.0%) dan responden dengan pola makan yang “tidak baik” sebanyak 20 orang (37.0%).
4. Tabel 7 (lampiran) distribusi menurut status gizi ibu hamil menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan status gizi “normal” sebanyak 35 orang (64.8%) dan responden dengan status gizi “tidak normal” sebanyak 19 orang (35.2%).

### **Analisis Bivariat**

1. Tabel 8 (lampiran) hubungan pengetahuan dengan status gizi ibu hamil menunjukkan bahwa jumlah responden dengan pengetahuan rendah sebanyak 24 orang, 14 orang (58.3%) diantaranya adalah ibu yang status gizinya tidak normal dan 10 orang (41.7%) adalah ibu yang status gizinya normal. Sedangkan jumlah responden dengan pengetahuan tinggi sebanyak 30 orang, 5 orang (16.7%) diantaranya adalah ibu yang status gizinya tidak normal dan 25 orang (83.3%) adalah ibu yang status gizinya normal.
2. Tabel 9 (lampiran) hubungan anemia dengan status gizi ibu hamil menunjukkan bahwa jumlah responden yang anemia sebanyak 22 orang, 14 orang (63.6%) diantaranya adalah ibu hamil yang status gizinya tidak normal dan 8 orang (36.4%) adalah ibu hamil yang status gizinya normal. Sedangkan jumlah responden yang tidak anemia sebanyak 32 orang, 5 responden (15.6%) diantaranya adalah ibu yang status gizinya tidak normal dan 27 responden (84.4%) adalah ibu yang status gizinya normal.
3. Tabel 10 (lampiran) hubungan pola makan dengan status gizi ibu hamil menunjukkan bahwa jumlah responden dengan pola makan yang rendah sebanyak 20 orang, 13 orang (65.0%) diantaranya adalah ibu hamil yang status gizinya tidak normal dan 7 responden (35.0%) adalah ibu yang status gizinya normal. Sedangkan jumlah responden dengan pola makan yang tinggi sebanyak 34 orang, 6 orang (17.6%) diantaranya adalah ibu yang status gizinya tidak normal dan 28 orang (82.4%) adalah ibu yang status gizinya normal.

## **PEMBAHASAN**

### **Pengetahuan**

Hasil analisis univariat menunjukkan bahwa, responden dengan pengetahuan yang tinggi lebih banyak dibandingkan dengan pengetahuan yang rendah. Dimana responden dengan pengetahuan yang tinggi sebanyak 30 orang (55.6%) dan responden dengan

pengetahuan yang rendah sebanyak 24 orang (44.4%). Hasil uji statistik *Chi-Square Test* menunjukkan nilai  $p = 0.004 < 0.05$  yang berarti ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan status gizi ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Lalundu Kabupaten Donggala.

Menurut peneliti pengetahuan yang dimiliki seorang ibu merupakan dasar untuk berbuat, karena kemampuan seseorang melakukan sesuatu tergantung pengetahuan yang ia miliki. Dasar pengetahuan tentang pemeriksaan kehamilan bagi ibu hamil, tujuan dan manfaat yang diperoleh dari informasi petugas kesehatan maupun informasi media lainnya yang memungkinkan ibu hamil untuk hadir untuk berkunjung ke pelayanan kesehatan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada beberapa ibu yang memiliki pengetahuan rendah tetapi mereka tidak mengalami status gizi tidak normal, hal ini dikarenakan bahwa walaupun pengetahuan kurang, tapi mereka lebih sering atau aktif untuk melakukan pemeriksaan kehamilan dan mendapatkan informasi melalui konseling oleh petugas sehingga ibu berusaha untuk mencegah terjadinya status gizi tidak normal, kebiasaan mengkonsumsi makanan sehat, sering minum vitamin merupakan langkah bagi ibu hamil agar tidak mengalami status gizi tidak baik atau tidak normal sedangkan ibu hamil yang memiliki pengetahuan tinggi tetapi mengalami status gizi tidak normal dikarenakan faktor ekonomi keluarga yang terbatas, kebutuhan ibu sehari-hari yang kurang sehingga menjadi alasan mereka mendapatkan status gizi tidak normal.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Adhiyati, (2013) yang menyatakan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan status gizi ibu hamil di Kecamatan Terbanggi Besar Kabupaten Lampung Tengah Propinsi Lampung dengan tingkat hubungan (nilai Singnifikan)  $p = 0,020$  ( $p < 0.05$ ).

Menurut Ernawati (2012), mengatakan bahwa pengetahuan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi ibu hamil, kurangnya pengetahuan dan salah persepsi tentang kebutuhan pangan dan nilai pangan juga dapat mempengaruhi status gizi seseorang. Selain itu lebih muda umur ibu hamil maka energi yang dibutuhkan semakin banyak, semakin banyak aktivitas yang dilakukan maka semakin banyak pula asupan gizi yang diperlukan. Berat badan lebih atau kurang dari berat badan rata-rata untuk umur tertentu juga merupakan faktor yang menentukan jumlah zat makanan yang harus dicukupi selama hamil.

Hasil penelitian ini sesuai dengan pendapat Pangemanan (2013) bahwa pengetahuan merupakan wawasan yang dimiliki seseorang untuk menilai suatu keadaan. Semakin tinggi pengetahuan yang dimiliki seseorang tersebut maka semakin besar wawasannya. Pemberian pengetahuan tentang status gizi ibu hamil adalah bagian dari upaya untuk mengoptimalkan

kemampuan ibu, sehingga dengan pengetahuan gizi yang baik diharapkan ibu hamil memiliki status gizi yang baik pula.

### **Anemia**

Hasil analisis univariat menunjukkan bahwa, responden yang tidak anemia lebih banyak dibandingkan dengan yang anemia. Dimana responden dengan tidak anemia sebanyak 32 orang (59.3%) dan responden dengan anemia sebanyak 22 orang (40.7%). Hasil uji statistik *Chi-Square Test* menunjukkan nilai  $p = 0.001 < 0.05$  yang berarti ada hubungan yang bermakna antara anemia dengan status gizi ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Lalundu Kabupaten Donggala.

Menurut peneliti, anemia memiliki hubungan dengan status gizi ibu hamil. Anemia yang diderita ibu hamil merupakan salah satu faktor yang mengakibatkan kejadian status gizi. Kekurangan darah pada saat mengandung maupun saat melahirkan, ibu dianjurkan untuk mencukupi kebutuhan zat besinya agar darah dalam tubuh tidak berkurang dan apabila darah berkurang akan mengakibatkan kejadian anemia sehingga berpengaruh terhadap status gizi ibu hamil serta berdampak mengalami kelahiran bayi prematur. Pemberian gizi haruslah adekuat, artinya sesuai dengan kebutuhan sehingga badan mencapai kesehatan optimal, bertambahnya berat badan selama kehamilan yang mencerminkan kecukupan gizi, kalori dan protein untuk tumbuh kembang janin dalam tubuhnya.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Khayati Sri (2013), yang menyatakan bahwa ada hubungan antara kejadian anemia dengan status gizi ibu hamil di Desa Situwangi Kecamatan Rakit Kabupaten Banjarnegara dengan tingkat hubungan  $p = (0,008 < 0,05)$ .

Kekurangan zat besi dapat menimbulkan gangguan atau hambatan pada pertumbuhan janin baik sel tubuh maupun sel otak. Anemia gizi dapat mengakibatkan kematian janin di dalam kandungan, abortus, cacat bawaan, BBLR dan anemia pada bayi yang dilahirkan. Hal ini menyebabkan morbiditas dan mortalitas ibu dan kematian perinatal secara bermakna lebih tinggi. Pada ibu hamil yang menderita anemia berat dapat meningkatkan risiko morbiditas maupun mortalitas ibu dan bayi, kemungkinan melahirkan bayi BBLR dan prematur juga lebih besar (Erdawati, 2015).

Ibu hamil dengan anemia dapat mengakibatkan perdarahan, mekanisme terjadinya perdarahan pada ibu hamil yang mengalami anemia yakni pada saat hamil, bila terjadi anemia dan tidak tertangani hingga akhir kehamilan maka akan berpengaruh pada saat postpartum. Pada ibu dengan anemia, saat postpartum akan mengalami atonia uteri. Hal ini disebabkan karena oksigen yang dikirim ke uterus kurang. Jumlah oksigen dalam darah yang kurang

menyebabkan otot-otot uterus tidak berkontraksi dengan adekuat sehingga timbul atonia uteri yang mengakibatkan perdarahan banyak Dewi Cahaya, (2013).

Hasil penelitian ini sesuai dengan pendapat Mila Rusna, (2014), yang menyatakan sebab utama status gizi tidak normal adalah kurangnya asupan zat besi yang dapat menghasilkan darah dalam tubuh. Ibu yang mengalami atau menderita anemia akan lebih mudah mendapatkan status gizi tidak normal.

### **Pola Makan**

Hasil analisis univariat menunjukkan bahwa, responden dengan pola makan yang tinggi lebih banyak dibandingkan dengan pola makan yang rendah. Dimana responden dengan pola makan yang tinggi sebanyak 34 orang (63.0%) dan responden dengan pola makan yang rendah sebanyak 20 orang (37.0%). Hasil uji statistik *Chi-Square Test* menunjukkan nilai  $p = 0.001 < 0.05$  yang berarti ada hubungan yang bermakna antara pola makan dengan status gizi ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Lalundu Kabupaten Donggala.

Menurut peneliti, pola makan ibu hamil mempunyai hubungan dengan status gizinya, Hal ini dikarenakan pola makan ibu hamil dapat memberikan asupan untuk tetap menjaga berat badan selama mengandung, makanan yang dikonsumsi harus banyak mengandung protein dan vitamin tujuannya agar terhindar dari kekurangan energi kronik yang dapat mempengaruhi status gizinya. Faktor pola makan ibu hamil sangat penting untuk mencukupi kebutuhan nutrisi ibu hamil dan janinnya. Adanya ibu hamil dengan tingkat pola makan yang baik tetapi masih menderita status gizi, disebabkan karena protein yang dikonsumsi ibu hamil mempunyai kualitas yang kurang baik.

Pola makan ibu hamil juga dipengaruhi oleh umur kehamilan. Ibu hamil muda trimester 1 yang nafsu makannya menurun cenderung untuk makan lebih sedikit. Akibatnya, zat gizi yang masuk di dalam tubuh akan sedikit. Memasuki trimester 2, kondisi ibu hamil sudah mulai stabil sehingga asupan makan lebih banyak untuk mengejar berat badan yang turun pada trimester 1. Oleh karena itu, risiko terjadinya KEK pada ibu hamil lebih tinggi pada trimester 1 dan 2, dan jarang pada trimester 3. Adanya ibu yang memiliki pola makan kurang dapat diindikasikan bahwa ibu memiliki kebiasaan makan yang sama seperti kondisi sebelum hamil, padahal kebutuhan makanan ibu hamil 3 kali lipat lebih banyak dari sebelumnya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Rahmaniari (2013), menyatakan bahwa ada hubungan pola makan dengan status gizi ibu hamil di Puskesmas Tampa Padang, Kabupaten Mamuju, Sulawesi Barat, menggunakan korelasi *Kendal Tau* didapatkan hasil  $z$  hitung  $0,596 > z$  tabel  $0,281$  dengan tingkat signifikansi 95% ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang cukup kuat antara pola makan dengan status gizi pada ibu hamil.

Pola makan merupakan cara ibu untuk mampu menerapkan mengatur dan memilih makan sehat. Selama masa hamil atau menyusui ibu harus memperhatikan makanan yang dikonsumsi. Makanan bergizi adalah makanan yang mengandung zat tenaga, zat pembangun, dan zat yang sesuai dengan kebutuhan gizi. Makanan bergizi ini untuk memenuhi kebutuhan janin dan meningkatkan produksi ASI (Mariana. 2013).

Penelitian ini sejalan dengan Yuliantini (2013) yang menyatakan Konsumsi energi dan protein yang kurang selama jangka waktu tertentu akan menyebabkan status gizi tidak normal atau mengalami KEK, sehingga untuk menjamin kesehatan ibu hamil, maka perlu mengkonsumsi makanan yang mengandung protein dan vitamin selama kehamilan.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Penelitian ini menyimpulkan bahwa:

1. Ada hubungan bermakna antara pengetahuan dengan status gizi ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Lalundu Kabupaten Donggala dengan nilai  $p = 0.004$  ( $p < 0.05$ ).
2. Ada hubungan bermakna antara anemia dengan status gizi ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Lalundu Kabupaten Donggala dengan nilai  $p = 0.001$  ( $p < 0.05$ ).
3. Ada hubungan bermakna antara pola makan dengan status gizi ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Lalundu Kabupaten Donggala dengan nilai  $p = 0.001$  ( $p < 0.05$ ).

Saran, direkomendasikan bagi pihak Puskesmas Lalundu selalu meningkatkan sosialisasi tentang pola makan/asupan makanan pada ibu hamil melalui penyuluhan, pendidikan kesehatan disetiap posyandu maupun langsung ke masyarakat, sehingga dapat menambah pengetahuan khususnya ibu hamil agar tidak mengalami kejadian status gizi tidak normal. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan agar dapat melakukan penelitian lebih lanjut tentang Faktor-faktor lain baik yang secara langsung maupun tidak langsung terhadap status gizi ibu hamil, dengan variabel yang lebih menarik.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Adhiyati. 2013. Hubungan Pengetahuan dan Asupan Gizi Terhadap Kejadian KEK Pada Ibu Hamil di Kecamatan Terbanggi Besar Kabupaten Lampung Tengah Propinsi Lampung. Tesis, Universitas Gajah Mada.
- Bahagiawati. 2013. Hubungan antara Pengetahuan tentang Anemia dan Asupan Gizi Pada Ibu Hamil dengan Resiko Terjadinya Anemia Dalam Kehamilan di Puskesmas Kecamatan Kembangan, Jakarta Barat Periode 10-18 Desember 2007. *Ebers Papyrus, Vol 13 (4) : 169-176*.

- Dewi, Cahaya. 2013. Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan anemia pada ibu Hamil di Puskesmas Simpang Empat Kecamatan Simpang Empat Kabupaten Tanah Bumbu Tahun 2013. *Jurnal*. D-III Kebidanan Stikes Darul Azhar Batulicin.
- Erdawati, 2015. Hubungan Karakteristik Ibu hamil dengan kejadian Anemia Pada Ibu Hamil di Puskesmas Simpang Empat Kecamatan Simpang Empat Kabupaten Tanah Bumbu Tahun 2015. *Jurnal*. D-III Kebidanan Stikes Darul Azhar Batulicin.
- Ernawati, 2012. Hubungan Pengetahuan Ibu Hami Tentang Anemia Defisiensi Besi Dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Besi di Puskesmas Karangdowo, Klaten. *Jurnal Kesehatan*, ISSN 1979-7621, Vol5 (2) : 110-118.
- Khayati, Sri. 2013. Hubungan nutrisi dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Desa Situwangi Kecamatan Rakit Kabupaten Banjarnegara Tahun 2013. *Skripsi*. keperawatan Stikes darul azhar Batulicin.
- Mariana. 2013. Hubungan Pola Konsumsi, Ketersediaan Pangan, Pengetahuan Gizi dan Status Kesehatan dengan Kejadian KEK Pada Ibu Hamil di Kabupaten Simanlungun. *Tesis*. Sekolah Pascasarjana Universitas Sumatera Utara.
- Pangemanan. 2013. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil dengan Status Gizi Selama Kehamilan di Puskesmas Bahu Kota Manado. *Jurnal Keperawatan (E-kp) Vol 1 Nomor 1*. Prodi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi.
- Rahmaniar. 2013. *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kekurangan Energi Kronis Pada Ibu Hamil di Tampa Padang, Kabupaten Mamuju, Sulawesi Barat*. Makassar. Pascasarjana Universitas Hasanuddin.
- Rosmala. 2017. *Data Jumlah Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Lalundu Kabupaten Donggala*. Donggala.
- Sambeka, Marlan. 2013. Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Tuminting Kec.Tuminting Kota Manado Universitas Samratulangi. *Journal Keperawatan (e-Kp). Volume 1. Nomor 1*.
- Srianingsih. 2013. *Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Nutrisi Terhadap Status Gizi*
- Surasih. 2014. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Keadaan Kekurangan Energi Kronik (KEK) pada Ibu hamil di Kabupaten Banjar Negara Kota Semarang. *Skripsi sarjana IKM Universitas Negeri Semarang*.
- Tanawani. 2015. Hubungan Pola Makan dan Pola Kerja Bumil dengan Kejadian Anemia di Kecamatan Yapen Selatan Kabupaten Yapen Waropen. *Thesis*, Universitas Gajah Mada.
- Yuliantini. 2013. Hubungan Antara Konsumsi Energi dan Protein dengan Status Gizi Pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas I Sukoharjo Kabupaten Sukoharjo. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*.

## LAMPIRAN

**Tabel 1. Distribusi Responden Menurut Umur Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Lalundu Kabupaten Donggala**

Umur	Jumlah Responden	
	Frekuensi	Presentase(%)
20-29 Tahun	30	55.6%
30-39 Tahun	20	37.0%
≥ 40 Tahun	4	7.4%
Total	54	100%

*Sumber: Data Primer, 2018*

**Tabel 2. Distribusi Responden Menurut Tingkat Pendidikan Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Lalundu Kabupaten Donggala**

Pendidikan	Jumlah Responden	
	Frekuensi	Presentase(%)
SD	12	22.2%
SMP	22	40.7%
SMA	16	29.6%
Diplomat	3	5.6%
Sarjana	1	1.9%
Total	54	100%

*Sumber: Data Primer, 2018*

**Tabel 3. Distribusi Responden Menurut Pekerjaan Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Lalundu Kabupaten Donggala**

Pekerjaan	Jumlah Responden	
	Frekuensi	Presentase(%)
URT	37	68.5%
Petani	3	5.6%
Buruh	8	14.8%
Wiraswasta	2	3.7%
Pegawai	4	7.4%
Total	54	100%

*Sumber: Data Primer, 2018.*

**Tabel 4. Distribusi Responden Menurut Pengetahuan Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Lalundu Kabupaten Donggala**

Pengetahuan	Jumlah Responden	
	Frekuensi	Presentase(%)
Rendah	24	44.4%
Tinggi	30	55.6%
Total	54	100

*Sumber: Data Primer, 2018*

**Tabel 5. Distribusi Responden Menurut Anemia Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Lalundu Kabupaten Donggala**

Anemia	Jumlah Responden	
	Frekuensi	Presentase(%)
Anemia	22	40.7%
Tidak Anemia	32	59.3%
Total	54	100%

*Sumber: Data Primer, 2018*

**Tabel 6. Distribusi Responden Menurut Pola Makan Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Lalundu Kabupaten Donggala**

Pola Makan	Jumlah Responden	
	Frekuensi	Presentase(%)
Tidak Baik	20	37.0%
Baik	34	63.0%
Total	54	100%

*Sumber: Data Primer, 2018*

**Tabel 7. Distribusi Frekuensi Responden Menurut Status Gizi Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Lalundu Kabupaten Donggala**

Status Gizi Ibu Hamil	Jumlah Responden	
	Frekuensi	Presentase(%)
Tidak Normal	19	35.2%
Normal	35	64.8%
Total	54	100%

*Sumber: Data Primer, 2018*

**Tabel 8. Hubungan Pengetahuan dengan Status Gizi Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Lalundu Kabupaten Donggala.**

Pengetahuan	Status Gizi Ibu Hamil				Jumlah		P Value	OR
	Tidak Normal		Normal					
	N	%	N	%	N	%		
Rendah	14	58.3	10	41.7	24	100	0.004	7.000
Tinggi	5	16.7	25	83.3	30	100		
Total	19	35.2	64.8	35	54	100		

*Sumber: Data Primer, 2018*

**Tabel 9. Hubungan Anemia dengan Status Gizi Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Lalundu Kabupaten Donggala.**

Anemia	Status Gizi Ibu Hamil				Jumlah		<i>p</i> Value	OR
	Tidak Normal		Normal		N	%		
	n	%	n	%				
Anemia	14	63.6	8	36.4	22	100	0.001	9.450
Tidak Anemia	5	15.6	27	84.4	32	100		
Total	19	35.2	35	64.8	54	100		

*Sumber: Data Primer, 2018*

**Tabel 10. Hubungan Pola Makan dengan Status Gizi Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Lalundu Kabupaten Donggala.**

Pola Makan	Status Gizi Ibu Hamil				Jumlah		<i>P</i> Value	OR
	Tidak Normal		Normal		N	%		
	n	%	n	%				
Rendah	13	65.0	7	35.0	20	100	0.001	8.667
Tinggi	6	17.6	28	82.4	34	100		
Total	19	35.2	35	64.8	54	100		

*Sumber: Data Primer, 2018*