

**SKRIPSI**

**TINGKAT PENGETAHUAN, SIKAP, DAN PERILAKU  
IBU HAMIL TERHADAP KECUKUPAN GIZI  
SELAMA KEHAMILAN**



Oleh:

**Muhammad Subhan Luthfi**

**04011282126131**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER**

**FAKULTAS KEDOKTERAN**

**UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

**2024**

# **SKRIPSI**

## **TINGKAT PENGETAHUAN, SIKAP, DAN PERILAKU IBU HAMIL TERHADAP KECUKUPAN GIZI SELAMA KEHAMILAN**

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar  
Sarjana Kedokteran (S.Ked)



Oleh:  
**Muhammad Subhan Luthfi**  
**04011282126131**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS SRIWIJAYA  
2024**

**HALAMAN PENGESAHAN**  
**TINGKAT PENGETAHUAN, SIKAP, DAN PERILAKU IBU**  
**HAMIL TERHADAP KECUKUPAN GIZI SELAMA**  
**KEHAMILAN**

**LAPORAN AKHIR SKRIPSI**

Diajukan Untuk Melengkapi Salah Satu Syarat Memperoleh  
Gelar Serjana Kedokteran (S.Ked)

Oleh :

**MUHAMMAD SUBHAN LUTHFI**

**04011282126131**

Palembang, 23 Desember 2024

Universitas Sriwijaya

Pembimbing I

Dr. dr. Nuswil Bernolian, Sp. OG. Subsp. K. Fm., MARS .....

NIP. 197002271999031004

Pembimbing II

dr. Hadrians Kesuma Putra, Sp. O. G., Subsp. Urogin. Re. .....

NIP. 197705242005011008

Penguji I

Dr. dr. Aryani Aziz, Sp. OG. Subsp. K. Fm., MARS .....

NIP. 196908081999032004

Penguji II

dr. Ardesy Melizah Kurniati, M. Gizi .....

NIP. 198612312010122004

**Ketua Program Studi**  
**Pendidikan Dokter**

Mengetahui,  
Wakil Dekan I

Dr. dr. Susilawati, M. Kes

NIP. 197802272010122001

Prof. Dr. dr. Irfannuddin, Sp. KO., M. Pd. Ked

NIP. 197306131999031001

## HALAMAN PERSETUJUAN

Karya tulis ilmiah berupa Laporan Akhir Skripsi ini dengan judul “Tingkat Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Ibu hamil terhadap Kecukupan Gizi Selama Kehamilan” telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji Karya Tulis Ilmiah program studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya pada tanggal

Palembang, 23 Desember 2024

Tim penguji karya tulis ilmiah berupa laporan akhir skripsi

Pembimbing I

Dr. dr. Nuswil Bernolian, Sp. OG. Subsp. K. Fm., MARS .....

NIP. 197002271999031004

Pembimbing II

dr. Hadrians Kesuma Putra, Sp. O. G., Subsp. Urogin. Re. .....

NIP. 197705242005011008

Penguji I

Dr. dr. Aryani Aziz, Sp. OG. Subsp. K. Fm., MARS .....

NIP. 196908081999032004

Penguji II

dr. Ardesy Melizah Kurniati, M. Gizi .....

NIP. 198612312010122004

Ketua Program Studi  
Pendidikan Dokter

Mengetahui,  
Wakil Dekan I

Dr. dr. Susilawati, M. Kes Prof. Dr. dr. Irfannuddin, Sp. KO., M. Pd. Ked  
NIP. 197802272010122001 NIP. 197306131999031001

## HALAMAN PERNYATAAN INTEGRITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Muhammad Subhan Luthfi

NIM : 04011282126131

Judul : Tingkat Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Ibu Hamil terhadap  
Kecukupan Gizi Selama Kehamilan

menyatakan bahwa skripsi saya merupakan hasil karya sendiri didampingi tim pembimbing dan bukan hasil penjiplakan/plagiat. Apabila ditemukan unsur penjiplakan/plagiat dalam skripsi ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik dari Universitas Sriwijaya sesuai aturan yang berlaku.

Demikian, pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tanpa ada paksaan dari siapapun.



Palembang, 23 Desember 2024



Muhammad Subhan Luthfi

## ABSTRAK

### TINGKAT PENGETAHUAN, SIKAP, DAN PERILAKU IBU HAMIL TERHADAP KECUKUPAN GIZI SELAMA KEHAMILAN

(Muhammad Subhan Luthfi, 23 Desember 2024, 72 Halaman)  
Fakultas Kedokteran, Universitas Sriwijaya

**Latar Belakang.** Pemenuhan gizi yang cukup selama kehamilan adalah faktor penting untuk mendukung perkembangan janin yang sehat dan menjaga kesehatan ibu. Pengetahuan, sikap, dan perilaku ibu hamil terhadap gizi sering kali memengaruhi kecukupan nutrisi yang mereka konsumsi. Namun, masih banyak ibu hamil yang kurang memahami pentingnya asupan gizi seimbang.

**Metode.** Penelitian ini dilakukan menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif dengan desain cross-sectional. Sampel penelitian terdiri dari 80 ibu hamil yang berkunjung ke Puskesmas Kertapati dan Praktik Mandiri Bidan (PMB) di Kota Palembang. Data dikumpulkan melalui kuesioner terstruktur yang meliputi variabel pengetahuan, sikap, dan perilaku. Analisis data dilakukan menggunakan metode statistik deskriptif untuk menggambarkan karakteristik dan hubungan antarvariabel.

**Hasil.** Hasil penelitian menunjukkan bahwa 52 responden (65%) memiliki tingkat pengetahuan yang tergolong "Kurang Baik". Sebanyak 41 responden (51,25%) menunjukkan sikap "Kurang Peduli" terhadap pemenuhan gizi selama kehamilan, sementara 43 responden (53,75%) memiliki perilaku yang dikategorikan "Kurang Baik".

**Simpulan.** Penelitian ini menegaskan pentingnya intervensi dalam bentuk edukasi dan penyuluhan gizi yang berkelanjutan untuk meningkatkan kesadaran dan perilaku ibu hamil terhadap pentingnya pemenuhan kebutuhan nutrisi. Intervensi ini diharapkan dapat memengaruhi kualitas kesehatan ibu dan bayi secara menyeluruh.

**Kata Kunci.** Ibu Hamil, Gizi, Pengetahuan, Sikap, Perilaku

## ABSTRACT

### LEVEL OF KNOWLEDGE, ATTITUDES AND BEHAVIOR OF PREGNANT WOMEN TOWARDS NUTRITIONAL ADEQUACY DURING PREGNANCY

(Muhammad Subhan Luthfi, 23<sup>rd</sup> of December 2024, 72 pages)  
Faculty of Medicine, Sriwijaya University

**Background.** Adequate nutrition during pregnancy is essential for supporting healthy fetal development and maintaining maternal health. Knowledge, attitudes, and behaviors of pregnant women toward nutrition significantly influence their nutritional adequacy. However, many pregnant women still lack awareness of the importance of a balanced diet.

**Method.** This study employed a descriptive quantitative approach with a cross-sectional design. The sample consisted of 80 pregnant women visiting Kertapati Public Health Center (Puskesmas) and a Private Midwife Clinic (PMB) in Palembang City. Data were collected using a structured questionnaire covering variables of knowledge, attitudes, and behaviors. Data analysis utilized descriptive statistical methods to explore the characteristics and relationships among variables.

**Result.** The findings revealed that 52 respondents (65%) had "Poor" knowledge levels. Furthermore, 41 respondents (51.25%) exhibited "Low Concern" attitudes, and 43 respondents (53.75%) demonstrated "Poor" behaviors regarding nutritional adequacy during pregnancy.

**Conclusion.** This study underscores the necessity for sustained nutritional education and counseling to improve awareness and behavior among pregnant women toward fulfilling their nutritional needs. Such interventions are expected to enhance maternal and neonatal health outcomes.

**Keywords.** Pregnant Women, Nutrition, Knowledge, Attitudes, Behavior

## RINGKASAN

### TINGKAT PENGETAHUAN, SIKAP, DAN PERILAKU IBU HAMIL TERHADAP KECUKUPAN GIZI SELAMA KEHAMILAN

Karya tulis ilmiah berupa skripsi, 23 Desember 2024

Muhammad Subhan Luthfi; Dibimbing oleh Dr. dr. Nuswil Bernolian,  
Sp.OG.Subsp.K.Fm., MARS dan dr. Hadrians Kesuma Putra,  
Sp.OG.Subsp.Urogin.Re.

Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Sriwijaya

xviii + 54 halaman, 11 tabel, 3 gambar, dan 10 lampiran

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tingkat pengetahuan, sikap, dan perilaku ibu hamil terhadap kecukupan gizi selama masa kehamilan. Dengan menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif, penelitian ini dilakukan di dua lokasi utama, yakni Puskesmas Kertapati dan Praktik Mandiri Bidan (PMB) di Palembang. Sebanyak 80 responden terlibat dalam penelitian ini, yang dipilih berdasarkan metode *accidental sampling*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan "Kurang Baik" (65%), sikap "Kurang Peduli" (51,25%), dan perilaku "Kurang Baik" (53,75%). Responden dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi, seperti lulusan perguruan tinggi, cenderung memiliki pengetahuan dan sikap yang lebih baik dibandingkan responden dengan pendidikan dasar. Selain itu, lokasi penelitian juga memengaruhi hasil, di mana fasilitas kesehatan seperti Puskesmas memberikan dampak positif melalui penyuluhan rutin yang dilakukan kepada ibu hamil.

Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa edukasi gizi yang berkelanjutan melalui program-program kesehatan masyarakat sangat diperlukan. Dengan intervensi yang terstruktur, ibu hamil dapat lebih memahami pentingnya nutrisi selama kehamilan, sehingga perilaku yang mendukung pemenuhan gizi seimbang dapat tercipta. Edukasi ini tidak hanya berkontribusi pada kesehatan ibu, tetapi juga memberikan dampak jangka panjang terhadap kualitas hidup anak yang dilahirkan.

**Kata Kunci.** Ibu Hamil, Gizi, Pengetahuan, Sikap, Perilaku



## SUMMARY

LEVEL OF KNOWLEDGE, ATTITUDES AND BEHAVIOR OF PREGNANT WOMEN TOWARDS NUTRITIONAL ADEQUACY DURING PREGNANCY  
Scientific paper in the form of a thesis, 23<sup>rd</sup> of December 2024

Muhammad Subhan Luthfi; guided by Dr. dr. Nuswil Bernolian, Sp. OG. Subsp. K. Fm., MARS and dr. Hadrians Kesuma Putra, Sp. OG. Subsp. Urogin. Re.

Medical Study Program, Faculty of Medicine, Sriwijaya University

xviii + 55 pages, 11 tables, 3 figures, and 10 appendices

This study aimed to analyze the levels of knowledge, attitudes, and behaviors of pregnant women regarding nutritional adequacy during pregnancy. Using a descriptive quantitative approach, the research was conducted at two primary locations: Kertapati Public Health Center (Puskesmas) and a Private Midwife Clinic (PMB) in Palembang. A total of 80 respondents were involved, selected through accidental sampling.

The study found that most respondents had "Poor" knowledge levels (65%), "Low Concern" attitudes (51.25%), and "Poor" behaviors (53.75%). Respondents with higher educational backgrounds, such as university graduates, generally exhibited better knowledge and attitudes compared to those with basic education. Additionally, the research highlighted the positive influence of healthcare facilities like Puskesmas, which regularly conducted pregnancy-related counseling sessions. The findings emphasize the need for continuous nutritional education programs within public health frameworks. Structured interventions are crucial for improving pregnant women's understanding of nutritional requirements, fostering behaviors that support balanced nutrition. These efforts are not only pivotal for maternal health but also have long-term impacts on the quality of life of the children born.

**Keywords.** Pregnant Women, Nutrition, Knowledge, Attitudes, Behavior

## HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Muhammad Subhan Luthfi

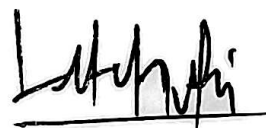
NIM : 04011282126131

Judul : Tingkat Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Ibu Hamil terhadap  
Kecukupan Gizi Selama Kehamilan

memberikan izin kepada Pembimbing dan Universitas Sriwijaya untuk mempublikasikan hasil penelitian saya untuk kepentingan akademik apabila dalam waktu 1 (satu) tahun tidak mempublikasikan karya penelitian saya. Dalam kasus ini saya setuju untuk menempatkan pembimbing sebagai penulis korespondensi (*corresponding author*).

Demikian pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tanpa ada paksaan dari siapapun.

Palembang, 23 Desember 2024



Muhammad Subhan Luthfi

## KATA PENGANTAR

Puji syukur saya ucapkan kehadiran Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan penelitian skripsi dengan judul “Tingkat Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Ibu Hamil terhadap Kecukupan Gizi Selama Kehamilan” sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran (S.Ked) di Universitas Sriwijaya. Saya selaku Penulis menyadari bahwa penyusunan proposal ini tidak lepas dari bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, saya ingin mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. Allah Swt. yang telah memberikan nikmat kesehatan, kelancaran, dan kemudahan dalam semua urusan di hidup penulis
2. Ayah, Almarhum Bunda, Abang, dan Adik saya yang selalu memberikan doa dan dukungan
3. Yang terhormat Dr. dr. Nuswil Bernolian, Sp.OG.Subsp.K.Fm., MARS selaku Pembimbing 1 dan dr. Hadrians Kesuma Putra, Sp.OG.Subsp.Urogin.Re. selaku Pembimbing 2 yang telah memberikan bimbingan, motivasi, ilmu, kritik, dan saran selama penyusunan skripsi ini
4. Yang terhormat Dr. dr. Aryani Aziz, Sp.OG.Subsp.K.Fm., MARS dan dr. Ardesy Melizah Kurniati, M.Gizi. selaku penguji telah memberi masukan dan arahan agar proposal ini menjadi semakin baik
5. Rekan seperjuangan penyusunan skripsi, Muhammad Yusuf Mudzakky dan Muhammad Faris Samudera yang telah memberikan banyak bantuan ataupun dukungan moral yang tidak bisa tergantikan sejak awal perkuliahan
6. Saudari Corinna Faustina yang telah membimbing dalam mengurus izin etik penelitian dan pembahasan hasil penelitian sehingga saya mendapat banyak masukan baru dalam penyusunan skripsi ini
7. Teman sesama pembimbing yaitu Andhika Pratama dan Muhammad Alqashas yang sudah bersedia untuk menjadi rekan bertukar informasi terkait jadwal bimbingan
8. Teman-teman Betatitis dan ValoDora yang bisa menjadi sumber saya untuk mendapat ide tambahan, terutama saudara Muhammad Fadhlul Ridho yang bersedia membantu saya untuk turun langsung ke lapangan untuk mencari dan mengumpulkan responden
9. Teman-teman yang tidak bisa penulis sebutkan satu per satu atas segala doa, motivasi, kasih sayang, serta dukungan baik moril maupun materil yang telah diberikan

Saya menyadari adanya kekurangan dari penelitian ini karena keterbatasan dan kekurangan yang saya miliki. Oleh karena itu, saya terbuka akan kritik dan saran yang bersifat membangun demi perbaikan di masa yang akan datang. Semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat, baik bagi penulis, penelitian selanjutnya, dunia kesehatan, dan lainnya.

Palembang, 23 Desember 2024

Luthfi

Muhammad Subhan Luthfi

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN INTEGRITAS</b> .....	<b>v</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>vi</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>vii</b>
<b>RINGKASAN</b> .....	<b>viii</b>
<b>SUMMARY</b> .....	<b>ix</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI</b> .....	<b>x</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR SINGKATAN</b> .....	<b>xvii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xviii</b>
<b>BAB 1 PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
1.1. Latar Belakang .....	1
1.2. Rumusan Masalah .....	2
1.3. Tujuan Penelitian.....	2
1.3.1. Tujuan Umum .....	2
1.3.2. Tujuan Khusus.....	2
1.4. Manfaat Penelitian.....	3
1.4.1. Manfaat Teoritis .....	3
1.4.2. Manfaat Masyarakat.....	3
<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>4</b>
2.1. Kebutuhan Nutrisi Ibu Hamil dan Janin.....	4
2.1.1. Status Gizi Ibu Hamil.....	4
2.1.2. Prinsip Gizi untuk Ibu Hamil .....	4
2.1.3. Faktor yang Memengaruhi Gizi Ibu Hamil.....	6
2.1.4. Menu Seimbang selama Kehamilan.....	8
2.1.5. Suplemen untuk Ibu Hamil .....	9
2.1.6. Obat dan Pangan yang Memengaruhi Kehamilan.....	11
2.2. Nutrisi.....	12
2.2.1. Malnutrisi dalam kehamilan.....	12
2.2.2. Etiologi Gizi Buruk .....	13
2.2.3. Tipe Gizi Buruk.....	14
2.3. Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku .....	17

2.3.1.	Definisi Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku .....	17
2.4.	Kerangka Teori .....	19
<b>BAB 3</b>	<b>METODE PENELITIAN.....</b>	<b>20</b>
3.1.	Jenis Penelitian .....	20
3.2.	Waktu dan Tempat Penelitian .....	20
3.2.1.	Waktu Penelitian .....	20
3.2.2.	Lokasi Penelitian.....	20
3.3.	Populasi dan Sampel .....	20
3.3.1.	Populasi.....	20
3.3.2.	Sampel.....	20
3.3.2.1.	Besar Sampel.....	21
3.3.2.2.	Cara Pengambilan Sampel.....	21
3.3.3.	Kriteria Inklusi dan Eksklusi.....	22
3.4.	Variabel Penelitian.....	22
3.4.1.	Variabel Bebas.....	22
3.5.	Definisi Operasional.....	23
3.6.	Cara Pengumpulan Data .....	24
3.7.	Cara Pengolahan dan Analisis Data.....	24
3.7.1.	Cara Pengolahan Data .....	24
3.7.2.	Analisis Data .....	24
3.8.	Alur Kerja Penelitian .....	26
<b>BAB IV</b>	<b>HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>27</b>
4.1.	Hasil Penelitian.....	27
4.1.1.	Analisis Data .....	28
4.2.	Pembahasan .....	31
4.2.1.	Distribusi Frekuensi Karakteristik Ibu Hamil di Kota Palembang .	31
4.2.2.	Distribusi Tingkat Pengetahuan, Sikap Ibu Hamil, dan Perilaku Ibu Hamil terhadap Gizi .....	32
4.3.	Keterbatasan Penelitian .....	34
<b>BAB V</b>	<b>SIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>35</b>
5.1.	Simpulan.....	35
5.2.	Saran.....	35
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>		<b>36</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>		<b>39</b>

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1. Tanda Kecukupan Gizi pada Ibu Hamil .....	7
Tabel 2.2. Contoh Menu Sehat untuk Ibu Hamil .....	8
Tabel 3.1. Definisi Operasional.....	23
Tabel 4.1. Distribusi Frekuensi Usia Ibu Hamil daerah Kertapati Palembang	28
Tabel 4.2. Distribusi Frekuensi Usia Kehamilan Ibu Hamil Daerah Kertapati Palembang .....	28
Tabel 4.3. Distribusi Frekuensi Usia Kehamilan Ibu Hamil Daerah Kertapati Palembang .....	28
Tabel 4.4. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Daerah Kertapati Palembang .....	28
Tabel 4.5. Distribusi Frekuensi Sikap Ibu Hamil daerah Kertapati Palembang	29
Tabel 4.6. Distribusi Frekuensi Perilaku Ibu Hamil daerah Kertapati Palembang .....	29
Tabel 4.7. Distribusi Tingkat Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Ibu Hamil di Lokasi Puskesmas .....	30
Tabel 4.8. Distribusi Tingkat Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Ibu Hamil di Lokasi PMB .....	30

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	19
Gambar 3.1 Alur Kerja Penelitian .....	26
Gambar 4.1 Alur Pengambilan Subjek Penelitian .....	27



## DAFTAR SINGKATAN

HPHT	: Hari pertama haid terakhir
BBLR	: Berat Badan Lahir Rendah
PMB	: Praktik Mandiri Bidan
WHO	: <i>World Health Organization</i>
UNICEF	: <i>United Nations International Children's Fund</i>
ANC	: <i>Antenatal Care</i>
KEK	: Kurang Energi Kronik
FAS	: <i>Foetal Alcohol Spectrum Disorder</i>
ASI	: Air Susu Ibu
MPASI	: Makanan Pengganti ASI
SD	: Sekolah Dasar
SMP	: Sekolah Menengah Pertama
SMA	: Sekolah Menengah Atas
SMK	: Sekolah Menengah Kejuruan

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 <i>Output</i> Pengolahan Data Excel .....	39
Lampiran 2 <i>Master Data</i> Excel .....	41
Lampiran 3 Kuesioner Penelitian .....	43
Lampiran 4 Lembar Konsultasi .....	47
Lampiran 5 Sertifikat Kelayakan Etik .....	48
Lampiran 6 Surat Izin Penelitian Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya .	49
Lampiran 7 Surat Keterangan Penelitian Badan Kesatuan Bangsa dan Politik	50
Lampiran 8 Hasil Pemeriksaan Plagiarisme .....	51
Lampiran 9 Dokumentasi Penelitian .....	53
Lampiran 10 Biodata .....	54

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang**

Kehamilan adalah proses yang dimulai dari pertemuan sel sperma dengan ovum di dalam ovarium (indung telur), yang dikenal sebagai konsepsi. Proses ini menghasilkan zigot yang kemudian menempel pada dinding rahim, diikuti oleh pembentukan plasenta. Zigot tersebut tumbuh dan berkembang hingga akhirnya menjadi janin yang siap dilahirkan. Kehamilan normal berlangsung selama 280 hari atau sekitar 40 minggu (9 bulan 7 hari), dihitung dari hari pertama haid terakhir (HPHT). Kehamilan adalah fase penting dalam kehidupan seorang wanita, di mana kebutuhan nutrisi yang memadai sangat berperan dalam menjaga kesehatan ibu sekaligus mendukung perkembangan janin. Ketidakseimbangan dalam asupan nutrisi, baik kekurangan maupun kelebihan, selama masa kehamilan dapat mengakibatkan berbagai masalah, seperti berat lahir bayi yang rendah, preeklamsia, hingga gangguan pertumbuhan janin. Selain itu, masa kehamilan sering kali menjadi waktu terjadinya perubahan signifikan pada pola makan dan gaya hidup ibu hamil. Pengetahuan yang baik mengenai kebutuhan nutrisi selama kehamilan menjadi faktor kunci dalam membentuk perilaku sehat dan pengambilan keputusan yang tepat terkait konsumsi makanan. Namun demikian, banyak ibu hamil yang masih menghadapi keterbatasan dalam hal informasi, sikap yang kurang mendukung, serta perilaku yang tidak sesuai dengan panduan gizi yang direkomendasikan.<sup>1</sup>

Kehamilan terbagi menjadi 3 trimester dengan pembagian trimester pertama pada rentang 0–14 minggu, kehamilan trimester kedua pada rentang 15–28 minggu, dan kehamilan trimester III pada rentang 29–40 minggu.<sup>1</sup> Selama 3 trimester ini kesehatan ibu memerlukan pengawasan yang ekstra agar bayi yang dikandung dapat lahir dengan sehat dan selamat. Untuk memastikan kesehatan ibu, asupan nutrisi yang dikonsumsi ibu hamil perlu diperhatikan agar memenuhi semua kecukupan gizi, mengingat masa kehamilan merupakan masa yang sangat menentukan kondisi tumbuh kembang sang anak di masa depan.

Asupan nutrisi kurang selama kehamilan dapat menyebabkan malnutrisi pada ibu. Dampak yang dapat terjadi pada bayi lahir dari ibu malnutrisi dapat berupa bayi lahir dengan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR) hingga kematian atau keguguran pada janin. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia dalam Profil Kesehatan Indonesia tahun 2022, dilaporkan dari 34 provinsi terdapat 82% bayi baru lahir yang ditimbang berat badannya. Dari persentase tersebut, 3,3% bayi mengalami kondisi BBLR.<sup>2</sup> Selain BBLR, malnutrisi pada ibu hamil juga memiliki dampak berupa stunting, bayi lahir prematur, dan imunitas bayi lemah sehingga bayi mudah terjangkit penyakit.

Merujuk pada beberapa penelitian sebelumnya,<sup>3-6</sup> rata-rata tingkat pengetahuan ibu hamil mengenai kecukupan gizi selama kehamilan mencapai kriteria baik. Maka dari itu peneliti tertarik untuk mengetahui tingkat pengetahuan, sikap, dan perilaku ibu hamil mengenai malnutrisi selama kehamilan di Puskesmas Kertapati Kota Palembang dan salah satu Praktik Mandiri Bidan (PMB) swasta di Kota Palembang. Aspek yang akan diteliti meliputi tingkat pengetahuan ibu hamil yang mengetahui pentingnya kecukupan gizi saat kehamilan, mengetahui gizi seimbang saat kehamilan, manfaat nutrisi bagi ibu hamil, dan jenis makanan yang dianjurkan dan dilarang selama fase kehamilan. Penelitian akan dilakukan dengan metode pengumpulan data primer melalui kuesioner yang akan dibagikan ke ibu hamil sebagai responden.

## **1.2. Rumusan Masalah**

Bagaimanakah tingkat pengetahuan, sikap, dan perilaku ibu hamil mengenai kecukupan gizi selama kehamilan?

## **1.3. Tujuan Penelitian**

### **1.3.1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui tingkat pengetahuan, sikap, dan perilaku ibu hamil mengenai kecukupan gizi selama kehamilan

### **1.3.2. Tujuan Khusus**

1. Untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu hamil mengenai gizi seimbang

2. Mengetahui sikap ibu hamil terhadap pentingnya nutrisi selama kehamilan
3. Mengetahui perilaku ibu hamil terhadap tingkat kecukupan gizinya selama kehamilan

#### **1.4. Manfaat Penelitian**

##### **1.4.1. Manfaat Teoritis**

1. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan landasan teoritis dalam penelitian selanjutnya yang terkait dengan kesehatan ibu hamil, kecukupan gizi, dan asupan gizi selama kehamilan.
2. Masyarakat yang ikut serta dalam penelitian diharapkan dapat menambah pengetahuan mengenai kecukupan gizi dan komplikasi yang menyertai jika terjadi malnutrisi.

##### **1.4.2. Manfaat Masyarakat**

1. Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan edukasi bagi ibu hamil untuk meningkatkan pengetahuan mereka tentang pentingnya nutrisi yang cukup selama kehamilan.
2. Penelitian ini bisa menjadi dasar bagi penyusunan program-program kesehatan di pusat-pusat layanan kesehatan untuk mencegah komplikasi kehamilan pada ibu hamil.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Efendi NRY, Yanti JS, Hakameri CS, Asuhan kebidanan pada ibu hamil dengan ketidaknyamanan trimester III di PMB Ernita Kota Pekanbaru. *J Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal)*. 2022;2:275-279
2. Nugraha KWD. dkk. Profil kesehatan Indonesia 2022. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2023.
3. Mulyani EY, Jus'at I, Angkasa D, Anggiruling DO, Stanin E. Pengetahuan, sikap, perilaku, dan asupan gizi berdasarkan status hidrasi ibu hamil. *J Gizi Klin Indones*. 2020 Oct 30;17(2):87.
4. Tindaon RL, Prautami ES, Lubis AI, Waldani D, Pardede EE, Sari DI, dkk. Gambaran pengetahuan ibu hamil tentang nutrisi dalam kehamilan. *J Kesmas Prima Indones*. 2024; 8(1):1-4.
5. Bagus A, Satyarsa S, Kusuma DR, Aryawangsa PD, Aryani P. Pengetahuan, sikap, dan perilaku ibu hamil terhadap nutrisi selama kehamilan di wilayah kerja UPT Puskesmas Mengwi I, Bali [Internet]. Vol. 12. 2020. [Diunduh 20 Desember 2024] Tersedia di: <http://jurnalpoltekkesjayapura.com/index.php/gk>
6. Reni R. Faktor- faktor yang berhubungan dengan pengetahuan ibu hamil tentang antenatal care di bidan praktik mandiri. *J Asuhan Ibu Anak*. 2020;5(1):15-23
7. Hoffman J. Malnutrition [Internet]. 2024 [Diunduh 23 Mei 2024]. Tersedia di: [https://www.who.int/health-topics/malnutrition#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/malnutrition#tab=tab_1)
8. Sutanto AV, Fitriana Y. Asuhan pada kehamilan. Yogyakarta: Pustaka Baru Press; 2022.
9. Riska N, Rusilanti, Latifah M, Istiany A. Gizi tumbuh kembang anak. Jakarta: Bumi Medika; 2023.
10. Oktavia S, Widajanti L, Aruben R. Faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi buruk pada balita di Kota Semarang [Internet]. Vol. 5. 2017.

- [Diunduh 24 Juni 2024]. Tersedia di: <http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/jkm>
11. Annur R, Jurnal YD, Chundrayetti E, Sayoeti Y. Pengamatan jangka panjang remaja dengan gizi buruk tipe marasmus kwashiorkor dan short bowel syndrome et causa perforasi yeyunum [Internet]. Vol. 8, J Kes Andalas. 2019. [Diunduh 24 Juni 2024];8(2):460-467. Tersedia di: <http://jurnal.fk.unand.ac.id>
  12. Setiawati M, Subroto M. Meeting nutrition based on the right for children in correctors regarding the right to eat decent food. *J Gizi Kes.* 2021;13:1-10
  13. Sartika RAD, Firdauzy NA. Gizi makro dan implikasinya terhadap kesehatan. Depok: PT RajaGrafindo Persada; 2023.
  14. Sirait BI. Sindroma ovarium polikistik dan infertilitas. *J Ilmiah WIDYA.* 2018;5:1-6
  15. Nur Aini S. Faktor risiko yang berhubungan dengan kejadian gizi lebih pada remaja di perkotaan [Internet]. *J Kes Mas Unnes Semarang*; 2013. [Diunduh 24 Juni 2024] Tersedia di: <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/ujph>
  16. Gifari N, Nuzrina R, Ronitawati P, Sitoayu L, Kuswari M. Edukasi gizi seimbang dan aktivitas fisik dalam upaya pencegahan obesitas remaja. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri).* 2020 Mar 3;4(1):55.
  17. Wijayanti AD, Ernawati D, Pengetahuan, sikap, dan perilaku dalam pelaksanaan protokol kesehatan di MI Miftahul Ulum Driyorejo Gresik. *J Ilmiah Keper.* 2022;8(1):234-240
  18. Lestari YD, Jahro SF, Wulandari D. Status gravida, tingkat pengetahuan, usia, dan kepatuhan ANC terhadap kemampuan ibu hamil melakukan deteksi dini risiko preeklampsia di Puskesmas Sumberasih. *J Riset Kebid Indones.* 2023 Jan 21;6(2):104–11.
  19. Sulastri, Rachmawati WP. Hubungan antara umur dan gravida dengan kejadian kurang energi kronis pada ibu hamil di Puskesmas Kalijambe Kabupaten Sragen. *J Ilmiah Ilmu Pendidikan.* 2023; 6(4):2809-2816
  20. Kolantung PM, Mayulu N, Kundre R. Hubungan tingkat pengetahuan ibu hamil tentang tanda bahaya kehamilan dengan kepatuhan melakukan

- antenatal care (ANC). *J Ilmu Keper Universitas Sam Ratulangi Manado*. 2021;9(2):40-53
21. Widyastuti R, Lestari W, Erwin. Gambaran pendidikan kesehatan pada ibu hamil di masa pandemi COVID-19. *J Kes Health Care*. 2023;(1):13-28
  22. Purwaningrum Y. Pengetahuan ibu hamil tentang gizi dengan kejadian anemia selama kehamilan. *J Kes* 2017;5(2):88.
  23. Sulistyowati A, Wijaya K, Putra R, Umami R, Kerta AK, Sidoarjo C. Hubungan antara usia dan tingkat pendidikan dengan tingkat pengetahuan ibu hamil tentang perawatan payudara selama hamil di Poli Kandungan RSU Jasem, Sidoarjo. *J Nurse Health LPPM Akper Kerta Cendekia Sidoarjo* [Internet]. 2017;6(2):40–3. [Diunduh 20 Desember 2024] Tersedia di: <http://ejournal-kertacendekia.id/index.php/jnh/>
  24. Raras NS, Laras D, Riansih C, Siswatibudi H. Tingkat pengetahuan ibu hamil tentang asupan nutrisi pada masa kehamilan di PMB Widya Puri Handayani. *J Permata Indones*. 2021;12(2):36-42
  25. Wati L, Lestari W, Misrawati. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan ibu hamil tentang kebutuhan gizi selama hamil. *J Nursing Science*. 2013;1:1-5
  26. Eliyana Y, Qomariyah K. Upaya peningkatan gizi pada ibu hamil melalui edukasi kebutuhan nutrisi ibu hamil di Polindes Pakong. *J Comm Dev*. 2023;4(2):5464–7.