

GAMBARAN PENGETAHUAN GIZI IBU HAMIL DI DESA PULAU GADANG KECAMATAN XIII KOTO KAMPAR**Elsa pitri¹, Yusnira², Eka Roshifita Rizqi³**

Program Studi S1 Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai

Email : elsapitri@gmail.com

ABSTRAK

Pengetahuan yang dimiliki seorang ibu akan mempengaruhi dalam pengambilan keputusan dan juga berpengaruh pada perilakunya. Ibu dengan pengetahuan gizi yang baik kemungkinan akan memberikan gizi yang cukup bagi bayinya. Pada masa kehamilan gizi ibu hamil harus memenuhi kebutuhan gizi untuk dirinya dan untuk pertumbuhan serta perkembangan janin karena gizi janin tergantung pada gizi ibu. Kekurangan gizi saat hamil dapat menyebabkan berbagai risiko komplikasi pada ibu hamil, seperti anemia, pendarahan, berat badan ibu tidak bertambah secara normal, mudah terkena penyakit infeksi, hingga kekurangan energi kronis. Tujuan penelitian ini adalah Mengidentifikasi karakteristik ibu hamil di Desa Pulau Gadang Kecamatan XIII Koto Kampar dan mengidentifikasi pengetahuan ibu hamil tentang gizi selama masa kehamilan di Desa Pulau Gadang Kecamatan XIII Koto Kampar. Berdasarkan penelitian yang berjudul Gambaran Pengetahuan Gizi Ibu Hamil Di Desa Pulau Gadang Kecamatan XIII Koto Kampar didapatkan temuan: Pengetahuan ibu hamil secara umum pada penelitian ini sebagian besar baik. Bila ditinjau berdasarkan topik, hasil penelitian juga menunjukkan pengetahuan ibu hamil pada tingkat baik untuk topik: pengertian gizi, fungsi gizi, jenis-jenis gizi maupun dampak Berdasarkan simpulan tersebut, maka disarankan untuk melakukan promosi kesehatan dan memberikan penyuluhan tentang gizi pada ibu-ibu yang pengetahuannya masih kurang. Selain itu disarankan untuk memotivasi ibu hamil agar mengaplikasikan pengetahuan baiknya ke dalam perilaku pemenuhan gizi pada kehamilan.

Kata Kunci : Pengetahuan, Gizi, ibu hamil**ABSTRACT**

The knowledge possessed by a mother will influence decision making and also affect her behavior. Mothers with good nutritional knowledge are likely to provide adequate nutrition for their babies. During pregnancy, pregnant women must meet nutritional needs for themselves and for the growth and development of the fetus because fetal nutrition depends on maternal nutrition. Malnutrition during pregnancy can cause various risks of complications for pregnant women, such as anemia, bleeding, the mother's weight does not increase normally, she is susceptible to infectious diseases, to chronic energy deficiency. The purpose of this study was to trigger the characteristics of pregnant women in Pulau Gadang Village, District XIII Koto Kampar and obscure the knowledge of pregnant women about nutrition during pregnancy in Pulau Gadang Village, District XIII Koto Kampar. Based on the research entitled Overview of Nutritional Knowledge of Pregnant Women in Pulau Gadang Village, District XIII Koto Kampar, the findings were found: Knowledge of pregnant women in general in this study was mostly good. When reviewed by topic, the results of the study also show that pregnant women's knowledge is at a good level for the topics: understanding of nutrition, functions of nutrition, types of nutrition and impacts based on these conclusions, it is recommended to carry out health promotion and provide counseling about nutrition to mothers who knowledge is still lacking. In addition, it is recommended to motivate pregnant women to apply good knowledge in the behavior of fulfilling nutrition in pregnancy.

Keywords: Knowledge of Pregnant Women, Nutrition, Nutrition for pregnant women**PENDAHULUAN**

Pembangunan dalam bidang kesehatan diselenggarakan dengan dasar perikemanusiaan, pemberdayaan dan kemandirian, adil dan merata, serta mengutamakan manfaat dengan perhatian

yang bersifat khusus pada penduduk yang rentan yaitu ibu, bayi, lansia dan keluarga miskin. Perhatian khusus juga sangat penting diberikan kepada ibu hamil, karena tingkat pengetahuan ibu hamil terhadap kesehatan sepanjang masa kehamilan masih sangat rendah (Paskalia, 2022).

Kehamilan merupakan proses fisiologis yang memberikan perubahan pada ibu maupun lingkungannya. Dengan adanya kehamilan maka sistem tubuh wanita mengalami perubahan yang mendasar untuk mendukung perkembangan dan pertumbuhan janin dalam rahim selama proses kehamilan seseorang (Hafifah Nabila, 2022).

Status gizi ibu hamil merupakan ukuran keberhasilan untuk pemenuhan nutrisi untuk ibu hamil. Gizi ibu hamil merupakan nutrisi yang diperlukan dalam jumlah yang sangat banyak untuk pemenuhan gizi ibu sendiri dan perkembangan janin yang dikandungnya. Kebutuhan makanan dilihat bukan hanya dalam porsi yang dimakan tetapi harus ditentukan pada mutu zat-zat gizi yang terkandung dalam makanan yang dikonsumsi (Sukmawati, 2023).

Menurut WHO (2022) melaporkan bahwa prevalensi anemia dan kekurangan energy kronik (KEK) pada kehamilan secara global yaitu 35-75%, dimana secara bermakna kejadiannya lebih tinggi pada trimester ketiga dibandingkan trimester pertama dan kedua kehamilan. Terdapat 40% kematian ibu dinegara berkembang berkaitan dengan kejadian anemia dan KEK (Martina, 2023).

Berdasarkan Profil Kesehatan Indonesia, proporsi Wanita usia subur resiko KEK yang paling tinggi adalah usia 15-19 tahun yang hamil sebanyak 38,5% dan yang tidak hamil sebanyak 46,6%. Pada usia 20-24 tahun adalah sebanyak 30,1% yang hamil dan yang tidak hamil sebanyak 30,6%. selain itu, pada usia 25-29 tahun adalah sebanyak 20,9% yang hamil dan 19,3% yang tidak hamil serta pada usia 30-34 tahun adalah sebanyak 21,4% yang hamil dan 13,6% yang tidak hamil, (Tria Eni, 2023).

Beberapa faktor penyebab ibu hamil mengalami KEK diantaranya adalah tentang pola makan yang tidak teratur dan asupan zat gizi yang kurangsangat mempengaruhi kurangnya status gizi ibu hamil, hal ini dikarenakan selain tingkat Pendidikan yang rendah, pendapatan sehari-hari ibu hamil sangat kecil sehingga ibu tidak mampu untuk memenuhi zat gizi dalam tubuhnya. Faktor lain yang menjadi penyebab terjadinya KEK pendapatan. keluarga, jumlah anggota keluarga, pemeriksaan kehamilan, paritas, pemberian makan tambahan pengetahuan tentang gizi dan penyakit infeksi (Tria Eni, 2023).

Dampak KEK terhadap ibu menyebabkan terjadinya resiko komplikasi seperti anemia, pendarahan, komplikasi persalinan, mudah Lelah. Dampak terhadap janin kekurangan gizi pada ibu hamil dapat mempengaruhi proses pertumbuhan janin dan dapat menyebabkan lahir premature, bayi lahir mati, kematian neonatal, cacat bawaan, anemia pada bayi, berat badan lahir rendah (BBLR) (Sari Merisa, 2022).

Gizi ibu hamil perlu mendapat perhatian karena sangat berpengaruh pada perkembangan janin yang dikandungnya. Sejak janin sampai anak berumur dua tahun atau 1000 hari pertama kehidupan kecukupan gizi sangat berpengaruh terhadap perkembangan fisik dan kognitif. Kekurangan gizi pada masa ini juga dikaitkan dengan risiko terjadinya penyakit kronis pada usia dewasa, yaitu kegemukan, penyakit jantung dan pembuluh darah, hipertensi, stroke dan diabetes (Kemenkes RI, 2022).

Wanita yang menderita malnutrisi sebelum hamil atau selama minggu pertama kehamilan cenderung melahirkan bayi yang menderita kerusakan otak dan sumsum tulang karena sistem saraf pusat sangat peka pada 2-5 minggu pertama. Ibu penderita malnutrisi sepanjang minggu terakhir kehamilan akan melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah (< 2500 gram) karena jaringan lemak banyak ditimbun selama trimester III (Arisman, 2010: 12-13). Asupan energi dan protein yang tidak mencukupi pada ibu hamil dapat menyebabkan Kurang Energi Kronis (KEK). Ibu hamil dengan KEK berisiko melahirkan bayi berat lahir rendah (BBLR) juga dapat menjadi penyebab tidak langsung kematian ibu (Kemenkes RI, 2022).

Menurut Notoatmodjo (2023) pengetahuan adalah hasil dari tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Penginderaan terjadi melalui pancaindera manusia, yakni : indra penglihatan, pendengaran, penciuman. Rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (overt behavior).

Pengamatan peneliti di Desa Pulau Gadang Kecamatan XIII Koto Kampar pengetahuan ibu hamil yang kurang tentang gizi ibu hamil disebabkan kurangnya informasi yang didapat, terlebih pada ibu yang mengalami kehamilan pertama. Berdasarkan permasalahan diatas peneliti tertarik melakukan penelitian tentang gambaran pengetahuan ibu hamil tentang tanda-tanda bahaya kehamilan. Kurangnya pengetahuan ibu hamil tentang pentingnya gizi selama kehamilan berdampak buruk bagi janin.

Pengetahuan yang dimiliki seorang ibu akan mempengaruhi dalam pengambilan keputusan dan juga berpengaruh pada perilakunya. Ibu dengan pengetahuan gizi yang baik kemungkinan akan memberikan gizi yang cukup bagi bayinya. Hal ini terlebih lagi jika seorang ibu tersebut memasuki masa ngidam, dimana perut rasanya tidak ingin diisi, mual dan rasa tidak karuan. Walaupun dalam kondisi yang demikian jika seseorang memiliki pengetahuan yang baik maka ia akan berupaya untuk memenuhi kebutuhan gizinya dan juga bayinya.

METODE

Desain penelitian ini adalah deskriptif yaitu penelitian yang menggunakan satu variabel yang bersifat menggambarkan sebuah fenomena (satu titik dalam waktu tertentu) pada populasi atau penelitian pada sampel yang merupakan bagian dari populasi (Swarjana, 2016). Penelitian ini dilakukan di desa Pulau Gadang Kec XIII Koto Kampar. Adapun waktu penelitian dilakukan Bulan September tahun 2022 . Populasi target penelitian ini adalah semua ibu hamil yang berkunjung ke puskesmas desa Pulau Gadang Kec XIII Koto Kampar. Populasi terjangkau dalam penelitian ini adalah semua ibu hamil yang berkunjung ke puskesmas desa Pulau Gadang Kec XIII Koto Kampar selama bulan Agustus sebanyak 39 orang. Sampel terdiri atas bagian populasi yang dapat dipergunakan sebagai subjek penelitian (Nursalam, 2015). Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah sampling jenuh. Artinya semua populasi dijadikan sampel penelitian. Dengan demikian jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 39 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah sampling jenuh. Artinya semua populasi dijadikan sampel penelitian

Data primer diperoleh secara langsung dari responden dengan cara mengisi kuesioner. Adapun data yang dikumpulkan melalui kuesioner, Data sekunder penelitian ini didapatkan dari puskesmas Desa Pulau Gadang Kec XIII Koto Kampar. Penelitian ini menggunakan analisa univariat yaitu analisis yang paling sederhana dan di peroleh nilai tendensi sentral, frekuensi, SD variance, minimum dan maksimum (Swarjana, 2016). Variabel dalam penelitian ini tingkat pengetahuan ibu hamil tentang gizi ibu hamil. Data variabel karakteristik responden dan pengetahuan ibu hamil juga pendidikan Kesehatan akan disajikan dalam bentuk tabel yang menampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi dengan presentase.

HASIL

Karakteristik Responden

Karakteristik responden adalah kriteria apa saja yang akan diberikan kepada subjek penelitian agar sumber informasi pada penelitian tersebut dapat tertuju dengan tepat dan sesuai

harapan. Dalam hal ini juga tergantung dengan penggunaan jenis serta metode penelitian. Karakteristik ibu dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Karakteristik Ibu	N	%
Usia		
Remaja awal (17-25 tahun)	26	66.7
Dewasa awal (26-35 tahun)	9	23.1
Dewasa akhir (36-45 tahun)	4	10.3
Total	39	100.0
Usia kehamilan		
Trimester 1	23	59.0
Trimester 2	14	35.9
Trimester 3	2	5.1
Total	39	100.0
Pendidikan		
Tidak sekolah	4	10.3
SD	14	35.9
SMP	13	33.3
SMA	8	20.5
Total	39	100.0
Pekerjaan		
Ibu rumah tangga	10	25.6
Wiraswasta	9	23.1
PNS/TNI/Polri	20	51.3
Total	39	100.0

Berdasarkan data diatas diketahui bahwa 66.7% ibu hamil di Desa Pulau Gadang mayoritas berada dalam kategori Remaja awal (17-25 tahun). 59.0% ibu hamil di Desa Pulau Gadang berada pada usia kehamilan trimester pertama. rata-rata pendidikan ibu ibu hamil di desa pulau gadang cenderung rendah. Pendidikan terakhir ibu ibu hamil di desa pulau gadang rata-rata adalah SD dan SMP dengan frekuensi lebih dari 60%. Kemudian juga ditemukan bahwa rata-rata ibu ibu hamil di desa pulau gadang bekerja, 51,3% bekerja sebagai PNS.

Pengetahuan Gizi Ibu Hamil

Pengetahuan yang dimiliki seorang ibu akan mempengaruhi dalam pengambilan keputusan dan juga berpengaruh pada perilakunya. Ibu dengan pengetahuan gizi yang baik kemungkinan akan memberikan izi yang cukup bagi bayinya. Hal ini terlebih lagi jika seorang ibu tersebut memasuki masa ngidam, dimana perut rasanya tidak ingin diisi, mual dan rasa tidak karuan. Walaupun dalam kondisi yang demikian jika seseorang memiliki pengetahuan yang baik maka ia akan berupaya untuk memenuhi kebutuhan gizinya dan juga bayinya. Berikut adalah gambaran data mengenai pengetahuan gizi ibu hami di desa Pulau Gadang.

Table 2 Pengetahuan Gizi Ibu Hamil

Tanggapan			
No	Pernyataan	Benar	Salah
1	Komposisi makanan ibu hamil sebaiknya beragam, terdiri dari nasi, lauk pauk, sayur, buah dan susu.	100%	-
2	Ibu hamil perlu mengkonsumsi makanan yang beraneka ragam dan porsi yang lebih banyak serta sering agar kecukupan gizinya terpenuhi	71%	29%
3	Nasi, roti, mie, dan bihun merupakan bahan makanan sumber karbohidrat yang penting untuk ibu hamil	61%	39%
4	Ikan, susu, dan telur adalah makanan yang mengandung protein lebih baik dari pada tahu dan tempe	82%	18%
5	Anjuran jumlah porsi konsumsi pangan hewani seperti ikan, daging, telur untuk ibu hamil adalah dua porsi dalam sehari	32%	68%
6	Anjuran konsumsi susu pada ibu hamil sebanyak satu porsi atau satu gelas dalam sehari	41%	59%
	Kebutuhan sumber karbohidrat pada ibu hamil seperti nasi sebesar 3-4 porsi dalam sehari	52%	48%
8	Pertambahan berat badan pada ibu hamil yang sehat dan berstatus gizi baik disarankan yaitu 9-11 kg.	62%	38%
9	Berat minimal bayi lahir yang dikatakan sehat adalah 2.500 Gram	73%	27%
10	Ibu hamil disarankan untuk mengkonsumsi tablet tambah darah perhari selama kehamilan	23%	77%
11	Kekurangan asupan zat besi saat hamil dapat menyebabkan anemia atau kuarng darah.	100%	-
12	Ikan dan tempe merupakan jenis pangan yang baik untuk ibu hamil karena tinggi akan kandungan zat besi	73%	27%
13	Anjuran konsumsi sayur dalam sehari untuk ibu hamil yaitu tiga porsi	82%	18%
14	Konsumsi buah dan sayur dapat melancarkan buang air besar	32%	68%
15	Buah dan sayur baik untuk ibu hamil karena kaya akan vitamin dan mineral	41%	59%
16	Pembatasan konsumsi garam dapat mencegah hipertensi selama kehamilan	100%	-
17	Konsumsi vitamin C banyak terdapat pada	71%	29%

	buah seperti jambu biji		
18	Susu merupakan salah satu sumber iodin yang penting bagi ibu hamil	61%	39%
19	Ibu hamil perlu mengkonsumsi air minum sekitar 3-5 gelas dalam sehari.	82%	18%
20	Jambu biji memiliki kandungan vitamin C yang lebih tinggi dibandingkan dengan durian, jeruk, maupun pepaya	32%	68%
21	Salah satu sumber bahan makanan yang dianjurkan untuk ibu hamil dengan kandungan vitamin A tinggi adalah sayuran berwarna hijau	41%	59%
22	Pangan hewani yang mengandung vitamin A seperti hati dan daging dianjurkan untuk ibu hamil	52%	48%
23	Aktifitas fisik sangat penting bagi ibu hamil	62%	38%
24	Kebutuhan gizi ibu hamil lebih tinggi daripada ibu tidak hamil	73%	27%
25	Zat gizi utama yang harus di konsumsi wanita hamil setiap hari berupa diet seimbang yang mengandung protein, karbohidrat, lemak, mineral dan vitamin	23%	77%

Merujuk pada table diatas diketahui bahwa semua responden menjawab benar Komposisi makanan ibu hamil sebaiknya beragam, terdiri dari nasi, lauk pauk, sayur, buah dan susu. Tujuh puluh satu persen responden mengetahui bahwa Ibu hamil perlu mengkonsumsi makanan yang beraneka ragam dan porsi yang lebih banyak serta sering agar kecukupan gizinya terpenuhi. Enam puluh satu persen responden mengetahui Nasi, roti, mie, dan bihin merupakan bahan makanan sumber karbohidrat yang penting untuk ibu hamil. Delapan puluh satu persen responden mengetahui bahwa Ikan, susu, dan telur adalah makanan yang mengandung protein lebih baik dari pada tahu dan tempe. Tiga puluh dua persen responden mengetahui bahwa Anjuran jumlah porsi konsumsi pangan hewani seperti ikan, daging, telur untuk ibu hamil adalah dua porsi dalam sehari. Empat puluh satu persen responden mengetahui bahwa Anjuran konsumsi susu pada ibu hamil sebanyak satu porsi atau satu gelas dalam sehari. Lima puluh dua persen responden mengetahui bahwa Kebutuhan sumber karbohidrat pada ibu hamil seperti nasi sebesar tiga sampai empat porsi dalam sehari. Enam puluh dua persen responden mengetahui bahwa Pertambahan berat badan pada ibu hamil yang sehat dan berstatus gizi baik disarankan yaitu 9-11 kg. Tujuh puluh tiga persen responden mengetahui bahwa Berat minimal bayi lahir yang dikatakan sehat adalah 2.500 gram. Dua puluh tiga persen responden mengetahui bahwa Ibu hamil disarankan untuk mengkonsumsi tablet tambah darah perhari selama kehamilan. semua responden menjawab benar Kekurangan asupan zat besi saat hamil dapat menyebabkan anemia atau kurang darah.

Tujuh puluh tiga persen responden mengetahui bahwa Ikan dan tempe merupakan jenis pangan yang baik untuk ibu hamil karena tinggi akan kandungan zat besi. Delapan puluh dua persen responden mengetahui bahwa Anjuran konsumsi sayur dalam sehari untuk ibu hamil yaitu tiga porsi. Konsumsi buah dan sayur dapat melancarkan buang air besar tiga puluh dua persen responden mengetahui bahwa. Empat puluh satu persen responden mengetahui bahwa Buah dan sayur baik untuk ibu hamil karena kaya akan vitamin dan mineral. semua responden menjawab benar Pembatasan konsumsi garam dapat mencegah hipertensi selama kehamilan. Tujuh puluh satu persen responden mengetahui bahwa Konsumsi vitamin C banyak terdapat pada buah seperti jambu biji. Enam puluh satu persen responden mengetahui bahwa Susu merupakan salah satu sumber iodin yang penting bagi ibu hamil. Delapan puluh dua persen responden mengetahui bahwa Ibu hamil perlu mengkonsumsi air

minum sekitar 3-5 gelas dalam sehari. Tiga puluh dua persen responden mengetahui bahwa Jambu biji memiliki kandungan vitamin C yang lebih tinggi dibandingkan dengan durian, jeruk, maupun pepaya. Empat puluh satu persen responden mengetahui bahwa Salah satu sumber bahan makanan yang dianjurkan untuk ibu hamil dengan kandungan vitamin A tinggi adalah sayuran berwarna hijau. Lima puluh dua persen responden mengetahui bahwa Pangan hewani yang mengandung vitamin A seperti hati dan daging dianjurkan untuk ibu hamil. Enam puluh dua persen responden mengetahui bahwa Aktifitas fisik sangat penting bagi ibu hamil. Tujuh puluh tiga persen responden mengetahui bahwa Kebutuhan gizi ibu hamil lebih tinggi daripada ibu tidak hamil. Dua puluh tiga persen responden mengetahui bahwa Zat gizi utama yang harus di konsumsi wanita hamil setiap hari berupa diet seimbang yang mengandung protein, karbohidrat, lemak, mineral dan vitamin.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan didapatkan bahwa pengetahuan gizi ibu hamil di desa Pulau Gadang adalah baik. Menurut Notoatmodjo (2023) pengetahuan adalah hasil dari tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Penginderaan terjadi melalui pancaindera manusia, yakni : indra penglihatan, pendengaran, penciuman. Rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (overt behavior).

Menurut Notoatmodjo (2023) juga menjelaskan bahwa pengetahuan atau merupakan domain penting dalam membentuk perilaku seseorang. Perilaku yang dilandasi dengan pengetahuan yang baik akan menghasilkan perilaku yang baik. Menurut Wahyudi dkk (2022) seseorang yang tidak didasari dengan pengetahuan maka sulit untuk bertindak dan menerapkan gaya hidup sehat termasuk untuk memenuhi kebutuhan gizi selama kehamilan.

Pengetahuan ibu hamil tentang nutrisi dengan baik dapat mempengaruhi perilaku ibu khususnya berkaitan dengan konsumsi makanan. Dengan pengetahuan yang baik tentunya pola makan dan perilaku ibu dalam mengonsumsi makanan lebih memperhatikan kualitas kandungan gizi dibandingkan kuantitas atau banyaknya makanan yang dikonsumsi. Dengan mengonsumsi makanan yang banyak mengandung nutrisi tentunya dapat meningkatkan kesehatan dan pertumbuhan ibu dan balita. Dengan demikian pengetahuan tentang nutrisi bagi ibu sangat penting.

Pada hasil penelitian di atas menunjukkan pengetahuan ibu hamil terhadap pengertian gizi yang menjadikan salah satu bagian dari pentingnya gizi selama kehamilan yaitu angka prosentase tertinggi pada tingkatan baik (86,2%).

Kurangnya pengetahuan ibu hamil tentang gizi selama kehamilan akan berdampak terhadap terjadinya kekurangan gizi pada ibu hamil. Menurut Arisman (2022) dampak kekurangan gizi terhadap ibu hamil yaitu dapat menimbulkan anemia gizi besi yang banyak terdapat di Indonesia maka ibu hamil dianjurkan untuk mendapat tambahan zat besi atau makanan yang mengandung zat besi. Selain itu, dampak kekurangan gizi terhadap ibu hamil dapat terjadi kenaikan berat badan yang rendah selama kehamilan dan menimbulkan mual muntah (hiperemesis gravidarum).

Penelitian ini sejalan dengan temuan penelitian terdahulu oleh Sukmawati (2023) yang berjudul Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil tentang Gizi Kehamilan dengan Kejadian Kurang Energi Kronik (KEK) pada Kehamilan di Wilayah Kerja Puskesmas Sitiung 1 Tahun 2022. Hasil penelitian menunjukkan bahwa . Sebagian besar ibu hamil memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori kurang sejumlah 34 orang (68%). Sebagian besar ibu hamil dengan kejadian kurang energi kronis pada kehamilan sejumlah 28 orang (56%).

Sesuai teori tersebut peneliti berasumsi bahwa mayoritas responden memiliki pengetahuan cukup dipengaruhi oleh kurangnya informasi kesehatan dan gizi yang didapatkan oleh responden, Perilaku seseorang didasari pengetahuan yang akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari pengetahuan. Pengetahuan yang dimiliki oleh seorang ibu akan mempengaruhi dalam pengambilan keputusan dan perilakunya terkait gizi yang baik, maka kemungkinan akan memberikan gizi yang memenuhi kebutuhan dirinya dan juga bayinya. Hal ini

terlebih lagikalaupun seorang ibu tersebut memasuki masa ngidam, dimana perut tidak mau diisi, mual dan rasa yang tidak karuan. Walaupun dalam kondisi tersebut, dengan pengetahuan yang baik maka akan berupaya untuk memenuhi kebutuhan gizinya dan juga bayinya.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang berjudul Gambaran Pengetahuan Gizi Ibu Hamil Di Desa Pulau Gadang Kecamatan XIII Koto Kampar didapatkan temuan: Pengetahuan ibu hamil secara umum pada penelitian ini sebagian besar baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, S. 2009. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Ariyani, Diny Eva., dkk. 2012. Validitas Lingkar Lengan Atas Mendeteksi Risiko Kekurangan Energi Kronis pada Wanita Indonesia. Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional. Vol 7. No 2.
- Altahita, S. 2014. Asuhan Kebidanan (Kehamilan). Bau bau: Akbidykin. Jurnal Midpro. Vol.09 No. 2 Desember
- Ali, M. 2012. Psikologi remaja perkembangan peserta didik. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Budiman, & Riyanto, A. 2014. Kapita Selekta Kuesioner Pengetahuan dan Sikap dalam Penelitian Kesehatan. Jakarta: Salemba Medika.
- Donsu, Jenita DT. 2017. Psikologi Keperawatan. Yogyakarta : Pustaka Baru. Hidayati Mustafidah. 2012. Penelitian Kuantitatif. Bandung. : Alfabeta.
- Hartriyanti, Y dan Triyanti. 2007. Penilaian Status Gizi dalam Gizi dan Kesehatan Masyarakat. PT Raja Grafindo Persada
- Kemkes RI. 2016 Situasi Balita Pendek (Stunting) di Indonesia. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia;
- Kemkes RI, 2019, Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2018.
- Lilis Mamuroh. 2019. Pengetahuan ibu hamil tentang gizi selama kehamilan pada salah satu desa di kabupaten garut. Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik, Volume 15, No. 1, April
- N. Afrinis, B. Verawati, ER.Rizqi, E.Lasepa, A. Alini, N. Syuryadi (2022) Energy intake and Food Restriction as Detreminant Factory of chronic Energy Defisiciency amory pregnant women in Rural Area of Sungai sembilan, Riau, Indonesia. Macedonian journal of MedicalSciences 10(E), 688-692.
- Mayhendrawan, I Kadek Pande Eka. 2022. *Gambaran tingkat pengetahuan dan sikap tentang pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut pada ibu hamil yang berkunjung ke puskesmas tampaksiring 1 Tahun 2022*. Diploma thesis, Poltekkes Kemenkes Denpasar Jurusan Kesehatan Gigi 2022.
- ER.Rizqy, Y. Sartika (2020) *Pengaruh media tebak terhadap Pengetahuan jajarahan sehat siswa SDN 001 Teratak kabupaten Kampar, Jurnal kesehatan masyarakat 4(1), 58-62 muhammadiyah gamping*. S1 thesis, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
- Notoatmodjo. 2012. Metode Penelitian Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta. Notoatmodjo. 2014. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Nursalam. 2014. Manajemen keperawatan aplikasi dalam praktik keperawatan profesional edisi 4. Jakarta : Salemba Medika.
- Paskalia Tri Kurniati. 2022. Tingkat pengetahuan ibu hamil tentang buku kesehatan ibu dan anak di puskesmas sungai durian kabupaten sintang tahun 2022. Journal of midwifery care : VOL. 02 NO. 02, JUNI

- Proverawati, Asfuah S. 2009. Buku Ajar Gizi untuk Kebidanan. Yogyakarta: Nuha Medika
- Supariasa dkk. 2012. Penilaian Status Gizi. EGC. Jakarta.
- Sukmawati, 2023. Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil tentang Gizi Kehamilan dengan Kejadian Kurang Energi Kronik (KEK) pada Kehamilan di Wilayah Kerja Puskesmas Sitiung 1 Tahun 2022. Jurnal Pendidikan Tambusai ISSN: 2614-3097(online) Halaman 224-229 Volume 7 Nomor 1 Tahun 2023
- Siti Patonah. 2020. Gambaran pengetahuan ibu hamil tentang gizi seimbang di desa sumberbendo kecamatan bubulan kabupaten bojonegoro. Asuhan Kesehatan Vol 11, No. 2 Agustus
- Sugiyono. 2019. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung : Alfabeta.
- Sari Merisa. 2022. faktor faktor yang mempengaruhi terjadinya kekurangan energi ktonik pada ibu hamil. 21(1), 311–316.
- Tria Eni. 2023. Karakteristik Ibu Hamil Dengan KEK Di Banyuwangi 2021. 3(1), 9–18
- Tasya, elfara nabyla. 2020. *Keberagaman pengukuran aktivitas antioksidan pada vitamin e dan pengaruh keberadaan garam terhadap hasil uji antioksidan*. Other thesis, Unika soegi japranata semarang.
- Tasya Khalis Ilmiani, Dian Isti Anggraini, Rizki Hanriko. 2020. Hubungan Pengetahuan Gizi Ibu Hamil terhadap Peningkatan Berat Badan selama Kehamilan di Puskesmas Bandar Lampung.