

SKRIPSI

**HUBUNGAN ASUPAN ZAT GIZI MAKRO DENGAN STATUS
GIZI IBU HAMIL DI WILAYAH KERJA
UPTD PUSKESMAS BUKAPITING
KABUPATEN ALOR**



Oleh :

HANA MARIAM MAUBUTHY
NIM. P07131225137

**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN GIZI PRODI GIZI DAN DIETETIKA
PROGRAM SARJANA TERAPAN
DENPASAR
2026**

SKRIPSI

**HUBUNGAN ASUPAN ZAT GIZI MAKRO DENGAN STATUS
GIZI IBU HAMIL DI WILAYAH KERJA
UPTD PUSKESMAS BUKAPITING
KABUPATEN ALOR**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Program Studi Gizi dan Dietetika
Program Sarjana Terapan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar**

Oleh :

HANA MARIAM MAUBUTHY

NIM. P07131225137

**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN GIZI PRODI GIZI DAN DIETETIKA
PROGRAM SARJANA TERAPAN
DENPASAR
2026**

LEMBAR PERSETUJUAN

HUBUNGAN ASUPAN ZAT GIZI MAKRO DENGAN STATUS GIZI IBU HAMIL DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS BUKAPITING KABUPATEN ALOR

TELAH MENDAPAT PERSETUJUAN

Pembimbing Utama,
Pendamping,



I Made Suarjana, SKM.M.Kes
NIP. 197209251998031002

Pembimbing



Agustina Setia, SST., M.Kes
NIP. 19640811989032002

Mengetahui
Ketua Jurusan Gizi
Teknik Kesehatan Kemenkes Denpasar,



Dr. Putu Suraoka, SST., M.Kes
NIP. 197801241995031001

SKRIPSI DENGAN JUDUL

**HUBUNGAN ASUPAN ZAT GIZI MAKRO DENGAN STATUS
GIZI IBU HAMIL DI WILAYAH KERJA
UPTD PUSKESMAS BUKAPITING
KABUPATEN ALOR**

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

**PADA HARI : SENIN
TANGGAL : 22 JUNI 2026**

TIM PENGUJI :

- | | |
|---|--|
| 1. Ni Made Dewantari, SKM., M.FOr (Ketua) | 
(.....) |
| 2. I. G. Ari Widarti, DCN.,M.Kes (Anggota 1) | 
(.....) |
| 3. I Made Suarjana, SKM,M.Kes (Anggota II) | 
(.....) |



Mengetahui
Ketua Jurusan Gizi
Steknol. Kesehatan Kemenkes Denpasar,


Dr. I Putu Suiraoka, SST., M.Kes
N.P. 197801241995031001

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Hana Mariam Maubuthy

NIM : P07131225137

Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika

Jurusan : Gizi

Tahun Akademik : 2025/2026

Alamat : Sunlet, Rt 005 Rw 003 Desa Kamot, Kec. Alor Timur Laut.

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Ibu Hamil di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Bukapiting Kabupaten Alor adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Skripsi ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No.17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, Juni 2026
Yang membuat pernyataan



Hana Mariam Maubuthy
NIM. P07131225137

HUBUNGAN ASUPAN ZAT GIZI MAKRO DENGAN
STATUS GIZI IBU HAMIL DI WILAYAH KERJA
UPTD PUSKESMAS BUKAPITING
KABUPATEN ALOR

ABSTRAK

Masa kehamilan merupakan siklus kehidupan seorang perempuan yang ditandai dengan terjadinya perubahan fisiologis,metabolik,dan hormonal yang mendorong pula pada meningkatnya kebutuhan zat gizi.KEK merupakan salah satu masalah gizi pada kehamilan dimana ibu menderita kekurangan makanan yang berlangsung menahun yang mengakibatkan timbulnya gangguan kesehatan pada ibu. Berdasarkan data nasional, prevalensi KEK di indonesai sebesar 16,9 %, di Provinsi NTT sebesar 28,0% dan Kabupaten Alor sebesar 20 %. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan asupan zat gizi makro dengan status gizi ibu hamil dengan menggunakan food recall 2 x 24 jam.Penelitian obsevasional ini menggunakan pendekatan *cross-sectional* dengan sampel sebanyak 81 ibu hamil.Pengujian statistik dilakukan menggunakan uji *chi-square*.Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar sampel memiliki status KEK 52 sampel (64,19%) di bandingkan non – KEK 29 sampel (35,8%). Berdasarkan asupan zat gizi makro,sebagian besar ibu hamil mengalami defisit berat pada asupan energi (43,21%), karbohidrat (55,6%), protein (39,5%), dan lemak (35,8%). Hasil uji *chi-square* menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara asupan zat gizi makro dengan status ibu hamil ($p\text{-value} = 0,000$; $p < 0,05$).

Kata kunci : Asupan zat gizi; Status gizi ibu hamil

RELATIONSHIP BETWEEN MACRO NUTRITION INTAKE AND
NUTRITIONAL STATUS OF PREGNANT WOMEN IN THE WORKING
AREA OF
UPTD BUKAPITING COMMUNITY HEALTH CENTER, ALOR REGENCY

ABSTRACT

Pregnancy is a stage in a woman's life cycle characterized by physiological, metabolic, and hormonal changes that lead to an increased need for nutrients. Chronic Energy Deficiency (CED) is one of the nutritional problems during pregnancy in which women experience prolonged inadequate food intake, resulting in health problems. Based on national data, the prevalence of CED in Indonesia is 16.9%, while in East Nusa Tenggara Province and Alor Regency the prevalence is 28.0% and 20.0%, respectively. The purpose of this study was to determine the relationship between macronutrient intake and the nutritional status of pregnant women using a 2 × 24-hour food recall. This observational study employed a cross-sectional approach with a sample of 81 pregnant women. Statistical analysis was performed using the chi-square test. The results showed that the majority of the respondents had CED status, with 52 respondents (64.19%), compared to 29 respondents (35.8%) who did not have CED. Based on macronutrient intake, most pregnant women experienced severe deficits in energy intake (43,21%), carbohydrate intake (55.6%), protein intake (39.5%), and fat intake (35.8%). The results of the chi-square test indicated a significant relationship between macronutrient intake and the nutritional status of pregnant women ($p\text{-value} = 0.000$; $p < 0.05$).

Keywords: Nutrient Intake; Nutritional Status of Pregnant Women.

RINGKASAN PENELITIAN

HUBUNGAN ASUPAN ZAT GIZI MAKRO DENGAN STATUS GIZI IBU HAMIL DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS BUKAPITING KABUPATEN ALOR

Oleh :

**HANA M. MAUBUTHY
P07131225137**

Masa kehamilan merupakan periode penting dalam siklus kehidupan seorang perempuan yang ditandai dengan terjadinya perubahan fisiologis, metabolik, dan hormonal yang berdampak pada meningkatnya kebutuhan zat gizi. Selama kehamilan, tubuh ibu tidak hanya berfungsi untuk mempertahankan kesehatannya sendiri, tetapi juga menyediakan zat gizi yang dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan janin (Jouanne et al., 2021; Qudratullah et al., 2025). Ibu hamil termasuk dalam kelompok rentan terhadap masalah gizi. Salah satu masalah gizi yang masih sering terjadi pada ibu hamil adalah Kekurangan Energi Kronik (KEK). KEK pada ibu hamil terjadi akibat kekurangan asupan zat gizi makro dalam jangka waktu yang lama, terutama energi dan protein. Kondisi ini dapat meningkatkan risiko gangguan kesehatan pada ibu serta berdampak buruk terhadap hasil kehamilan (Fitria et al., 2025; Merida & Mahanani, 2025).

Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi Kurang Energi Kronik (KEK) pada ibu hamil di Indonesia berada pada angka 16,9%. Meskipun angka ini menunjukkan penurunan dari tahun sebelumnya, masalah KEK tetap memerlukan perhatian serius karena target nasional adalah menurunkan angka masalah gizi secara signifikan. Tantangan lebih besar terlihat di tingkat regional. Di Provinsi Nusa Tenggara Timur, prevalensi KEK berdasarkan SKI 2023 mencapai 28,0%. Angka ini menempatkan Provinsi NTT jauh di atas rata-rata nasional, yang menegaskan bahwa wilayah ini masih menghadapi beban

masalah gizi yang berat. Sementara itu, di kabupaten Alor ditemukan ibu hamil dengan risiko KEK sebesar 20%, yang menunjukkan bahwa masalah gizi ibu hamil masih cukup penting. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan asupan zat gizi makro dengan status gizi ibu hamil di wilayah kerja UPTD Puskesmas Bukapiting Kabupaten Alor.

Status gizi ibu hamil adalah indikator penting yang mencerminkan keseimbangan antara asupan gizi dan kebutuhan tubuh selama kehamilan. Status ini mempengaruhi kesehatan ibu dan perkembangan janin. Penilaian status gizi ibu hamil dapat dilakukan melalui berbagai metode, salah satunya adalah pengukuran lingkar lengan atas (LILA). Kecukupan gizi ibu selama masa kehamilan memiliki peranan yang sangat penting dan erat kaitannya dengan kondisi kesehatan serta perkembangan bayi yang akan dilahirkan. Asupan zat gizi yang memadai tidak saja mempengaruhi berat badan lahir dan pertumbuhan fisik janin, tetapi juga berdampak signifikan terhadap perkembangan organ-organ vital, termasuk otak. Salah satu masa krusial dalam perkembangan janin adalah periode pertumbuhan otak yang di mulai sejak usia kehamilan mencapai sekitar dua puluh minggu atau lima bulan. Pada tahap ini, pembentukan dan pertumbuhan sel-sel otak berlangsung sangat aktif dan membutuhkan dukungan nutrisi yang optimal dari ibu. Jika ibu mengalami kekurangan gizi, baik dalam hal kalori, protein maupun zat gizi lainnya, maka proses pembentukan sel otak bisa terganggu, sehingga jumlah dan kualitas sel otak yang terbentuk tidak dapat mencapai potensi maksimal sebagaimana mestinya (Ahmadi, 2019). Hal ini menunjukkan bahwa status gizi ibu hamil merupakan salah satu indikator utama dalam menilai tidak hanya kesehatan ibu, tetapi juga pertumbuhan dan perkembangan janin secara menyeluruh. Status gizi yang baik selama kehamilan berkontribusi terhadap menurunnya risiko berbagai komplikasi kehamilan seperti kelahiran prematur, serta bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR). Wanita hamil memerlukan angka kecukupan gizi (AKG) yang lebih tinggi dibandingkan wanita yang sedang tidak hamil. Kekurangan gizi selama kehamilan bisa menyebabkan anemia gizi, bayi lahir dengan berat badan rendah bahkan bisa menyebabkan bayi lahir cacat (Ahmadi, 2019). Berdasarkan PMK Nomor 28 Tahun 2019, Kebutuhan gizi ibu hamil mengalami peningkatan secara bertahap sesuai dengan usia kehamilan. Pada trimester pertama, ibu hamil memerlukan tambahan

energi sekitar 180 kilokalori (kkal) per hari. Peningkatan kebutuhan energi ini bertujuan untuk mendukung proses awal kehamilan, termasuk pembentukan plasenta dan pertumbuhan embrio. Kebutuhan protein selama kehamilan juga mengalami peningkatan secara bertahap. Pada trimester pertama, tambahan protein yang dibutuhkan adalah sekitar +1 gram per hari. Jumlah ini meningkat drastis menjadi +10 gram per hari pada trimester kedua, dan mencapai +30 gram per hari pada trimester ketiga. Selain protein, kebutuhan akan lemak juga mengalami sedikit peningkatan. Tambahan kebutuhan lemak untuk ibu hamil tercatat sebesar 2,3 gram per hari. Kebutuhan karbohidrat sebagai sumber energi utama juga tidak kalah penting. Pada trimester kedua, ibu hamil dianjurkan menambah konsumsi karbohidrat sebesar +25 gram per hari, dan pada trimester ketiga sebesar +40 gram per hari. Beberapa penelitian menunjukkan adanya hubungan antara tingkat kecukupan energi dan protein berhubungan dengan berat badan lahir bayi. Ibu hamil dengan asupan energi kurang memiliki risiko lebih tinggi melahirkan bayi dengan berat lahir rendah (BBLR). Selain itu, penelitian Kurniasari et al. (2018) menunjukkan bahwa ibu hamil dengan asupan energi kurang lebih banyak ditemukan pada kelompok dengan status gizi KEK dibandingkan kelompok dengan status gizi normal. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa asupan zat gizi makro yang cukup memiliki peranan penting dalam menentukan status gizi ibu hamil. Ketidakcukupan energi secara berkelanjutan dapat meningkatkan risiko terjadinya KEK dan berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan janin.

Variabel dalam penelitian ini ada dua yaitu variabel independen meliputi asupan zat gizi makro dan variabel dependen meliputi status gizi ibu hamil. Hipotesis dalam penelitian ini yaitu terdapat hubungan asupan zat gizi makro dengan status gizi ibu hamil.

Penelitian ini menggunakan desain observasional analitik dengan pendekatan kuantitatif dan metode *cross-sectional* (potong lintang) yang bertujuan untuk menganalisis hubungan antara variabel asupan zat gizi makro dan status gizi pada ibu hamil. Dengan pendekatan ini, peneliti dapat memperoleh gambaran status gizi ibu hamil secara cepat dan efisien pada titik waktu tertentu tanpa melakukan pengamatan jangka panjang.

Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja UPTD Puskesmas Bukapiting. Berdasarkan pengamatan awal data ibu hamil tercatat dengan baik dan jumlah ibu hamil cukup untuk dijadikan sampel penelitian. Adapun waktu penelitian dilaksanakan pada bulan maret – april tahun 2026. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 81 sampel. Teknik yang digunakan untuk pengambilan sampel yaitu teknik probabilitas karena semua ibu hamil yang memenuhi syarat mempunyai kesempatan yang sama sebagai sampel penelitian dan dalam penentuan yang dipilih digunakan simple random sampling. Data status gizi ibu hamil diambil dari pengukuran lingkaran lengan atas. Data tingkat konsumsi makanan dikumpulkan dengan metode *recall* 2×24 jam dengan menggunakan alat bantu buku foto makanan. Cara mengolah tingkat konsumsi makanan yaitu setelah mendapatkan konsumsi zat gizi sampel dalam bentuk URT kemudian dikonversikan ke dalam bentuk gram, lalu diolah menggunakan program *nutrisurvey* untuk mendapatkan nilai gizi harian. Hasil perhitungan tingkat konsumsi kemudian diklasifikasikan ke dalam empat kategori tingkat kecukupan untuk melihat gambaran tingkat asupan zat gizi secara terperinci yaitu deficit berat, deficit sedang, normal dan lebih. Untuk mengetahui hubungan antara kedua variabel maka dilakukan analisis menggunakan uji chi square.

Puskesmas Bukapiting terletak di Kecamatan Alor Timur Laut luas wilayah secara geografis yaitu 208,49 km². Dengan batas – batas wilayah yaitu bagian utara berbatasan dengan Laut Flores, bagian timur berbatasan dengan Kecamatan Alor Timur, bagian barat berbatasan dengan Kecamatan Lembur Barat dan Kecamatan Alor Selatan dan Kecamatan Pureman. Jumlah penduduk di Kecamatan Alor Timur Laut berjumlah sekitar 9.863 jiwa dengan jenis kelamin laki – laki sebanyak 4.881 jiwa dan perempuan sebanyak 4.982 jiwa sebagian besar masyarakat bermata pencarian sebagai petani, nelayan dan pedagang. Keadaan umum sosial ekonomi masyarakat yang beragam turut mempengaruhi pola konsumsi dan status kesehatan masyarakat. Karakteristik sampel berdasarkan usia 16-18 tahun berjumlah 3 sampel (3,70%), usia 19-29 tahun berjumlah 48 sampel (59,25%) dan usia 30-49 berjumlah 30 sampel (37,05%). Karakteristik sampel berdasarkan tingkat pendidikan SD berjumlah 13 sampel (16,0%), SMP berjumlah 20 sampel (24,7%), SMA Berjumlah 35 sampel (43,2%) dan perguruan tinggi 13 sampel (16,0%). karakteristik sampel berdasarkan

pekerjaan, dapat diketahui bahwa sebagian besar sampel bekerja sebagai IRT berjumlah 58 sampel(71,60%), yang bekerja sebagai guru berjumlah 13 sampel (16,04%), swasta sebanyak 8 sampel (9,87%), mahasiswa berjumlah 5 sampel (6,17%) dan PNS berjumlah 2 sampel (2,46%). Karakteristik sampel berdasarkan tingkat pendapatan antara Rp 500.000 – 1.000.000 sebanyak 54 sampel (66,6%), tingkat pendapatan 1.000.000 – 2.000.000 sebanyak 24 sampel (29,6%) dan dengan tingkat pendapatan lebih dari 2.000.000 sebanyak 3 sampel (3,7%).

Hasil pengukuran status gizi ibu hamil menggunakan pita LILA sebagian besar Ibu hamil memiliki resiko Kekurangan Energi Kronis sebanyak 52 sampel(64,2%), dan ibu hamil status gizi normal sebanyak 29 sampel(35,8%). Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil memiliki kondisi gizi kekurangan energi kronis. Energi merupakan komponen zat gizi makro dengan defisit berat berjumlah 35 sampel (43,21%) dan lebih 19 sampel (23,46%).

Protein merupakan komponen zat gizi makro dengan angka defisit berat paling tinggi diantara yang lain, yaitu mencapai 45 sampel(55,6%).jika digabungkan dengan defisit sedang 16 sampel (19,8%),maka total sampel yang kekurangan protein mencapai 61 sampel (75,3%). Rendahnya asupan protein ini sangat vital, mengingat protein di butuhkan sebagai zat pembangun, pemeliharaan jaringan tubuh, serta pemeliharaan masa otot dan hemoglobin. Kurangnya asupan protein dalam jangka panjang berdampak langsung pada terjadinya status gizi kurang atau KEK.

Sebanyak 34 sampel (42%) mengalami defisit berat dan 21 sampel (25,9%) mengalami defisit sedang. Karbohidrat merupakan sumber energi utama yang paling penting. Rendahnya asupan karbohidrat memaksa tubuh menggunakan protein sebagai sumber energi mendesak serta memperparah kondisi kekurangan protein jaringan.

Meskipun angka defisit berat masih cukup tinggi yaitu 32 sampel (39,55%), namun kelompok sampel yang memiliki asupan lemak dalam kategori lebih justru menjadi yang tertinggi dibandingkan zat gizi lainnya, yaitu mencapai 28 sampel (34,6%)dimana ada sebagian sampel yang cenderung mengkonsumsi makanan padat energi dari sumber lemak (misanya makanan di goreng) namun mengabaikan keragaman pangan yang kaya protein maupun karbohidrat kompleks.

Dari uraian diatas secara keseluruhan, seluruh zat gizi makro memiliki hubungan yang signifikan ($p = 0,000$) dengan kejadian KEK pada sampel dan sampel yang mengalami defisit gizi (baik berat maupun sedang) paling banyak ditemukan pada kelompok KEK.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah di harapkan ibu hamil untuk memperhatikan pola makan dan keanekaragaman zat gizi yang terkandung dalam makanan agar terpenuhi asupan gizi secara optimal. Ibu hamil di anjurkan mengkonsumsi makanan bergizi seimbang, memperbanyak sumber protein seperti ikan, telur, tempe, tahu, dan daging, serta rutin memeriksa kehamilan agar status gizi dapat di pantau secara berkala.

Pustaka : 28 (tahun 2014-2025)

KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, atas segala kasih karunia dan penyertaan-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Ibu Hamil di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Bukapiting Kabupaten Alor” tepat pada waktunya dan sesuai harapan.

Penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan bukanlah semata – mata atas usaha sendiri melainkan berkat dukungan dan bimbingan dari berbagai pihak. Untuk itu melalui kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak I Made Suarjana, SKM., M.Kes selaku pembimbing utama yang telah memberikan bimbingan, saran serta motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.
2. Ibu Agustina Setia, SST., M.Kes selaku pembimbing pendamping yang telah memberikan bimbingan, saran serta motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Ibu Ni Made Dewantari, SKM., M.FOr selaku ketua penguji dan Ibu I.G.Widarti, DCN., M.Kes selaku anggota penguji yang sudah memberikan saran dan masukan dalam penyelesaian skripsi ini.
4. Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar, Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Denpasar dan Ketua Program Studi Sarjana Terapan Gizi Poltekkes Kemenkes Denpasar beserta dosen dan staf yang telah memberikan kesempatan, dorongan dan membantu kelancaran penyelesaian skripsi ini.
5. UPTD Puskesmas Bukapiting yang telah memberikan izin dan kesempatan kepada penulis untuk melaksanakan penelitian.

6. Orang tua, suami, kakak dan adik serta keluarga yang dengan tulus mendoakan dan memberikan semangat selama penulis menyelesaikan skripsi ini.
7. Teman teman RPL Angkatan 2025 yang sudah memberikan dukungan dalam penyelesaian skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, oleh karena itu kritik dan saran sangat penulis harapkan. Akhir kata penulis mengucapkan terima kasih.

Denpasar, Juni 2026

Hana M. Maubuthy

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT.....	iv
ABSTRAK.....	v
ABSTRACT.....	vi
RINGKASAN PENELITIAN.....	vii
KATA PENGANTAR.....	xii
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
 BAB I PENDAHULUAN.....	 1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian.....	3
D. Manfaat Penelitian	4
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	 5
A. Status Gizi	5
B. Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Ibu Hamil.....	11

C. Metode Penilaian Konsumsi Makanan.....	12
BAB III KERANGKA KONSEP.....	14
A. Kerangka Konsep.....	14
B. Variabel dan Defenisi Operasional.....	15
C. Hipotesis Penelitian	15
BAB IV METODE PENELITIAN.....	16
A. Jenis dan Desain Penelitian	16
B. Alur Penelitian.....	16
C. Tempat dan Waktu Penelitian.....	17
D. Populasi dan Sampel.....	17
E. Jenis dan dan Teknik Pengumpulan Data.....	18
F. Pengolahan dan Analisis Data.....	20
G. Etika Penelitian.....	21
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	23
A. Hasil Penelitian.....	22
B. Pembahasan.....	30
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN.....	34
A. Simpulan.....	37
B. Saran.....	37
DAFTAR PUSTAKA.....	39
LAMPIRAN	43

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Kecukupan Gizi Wanita Pada Umumnya Serta Tambahan Zat Gizi.....	8
2. Kelebihan dan Kekurangan Metode <i>Recall 24 jam</i>	12
3. Variabel dan Definisi Operasional.....	15
4. Distribusi Sampel Berdasarkan Usia.....	24
5. Distribusi Sampel Berdasarkan Tingkat Pendidikan.....	25
6. Distribusi Sampel Berdasarkan Tingkat Pendapatan	26
7. Distribusi Sampel Berdasarkan Status Gizi.....	27
8. Distribusi Sampel Berdasarkan Asupan Energi.....	28
9. Distribusi Sampel Berdasarkan Asupan Karbohidrat.....	28
10. Distribusi Sampel Berdasarkan Asupan Protein.....	28
11. Distribusi Sampel Berdasarkan Asupan Lemak	28
12. Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dengan status gizi ibu hamil.....	29

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Konsep Penelitian	14
2. Alur penelitian.....	16
3. Peta Map UPTD Puskesmas Bukapiting.....	24
4. Karakteristik sampel berdasarkan pekerjaan.....	25

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat Ijin Rekomendasi Penelitian	44
2. Surat Persetujuan Etik / <i>Ethical Approval</i>	45
3. Surat Izin Lokasi Penelitian.....	47
4. Persetujuan Setelah Penjelasan (<i>Informed Consent</i>).....	48
5. Form Kuesioner.....	50
6. Food recall 2 x 24 jam	51
7. Dokumentasi kegiatan	52
8. Hasil Analisis Hubungan Asupan Zat Gizi	53
9. Surat keterangan selesai Penelitian	56
10. Surat izin <i>Publikasi Repository</i>	57
11. Hasil Turnitin	58