

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN IBU HAMIL
TENTANG MAKANAN SEHAT DAN BERGIZI SELAMA
KEHAMILAN DI WILAYAH PUSKESMAS BATURITI II
TAHUN 2021**



Oleh :

NI LUH PERMATA PUTRI SETYA NINGRUM

NIM : P07120018094

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN**

2021

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN IBU HAMIL
TENTANG MAKANAN SEHAT DAN BERGIZI SELAMA
KEHAMILAN DI WILAYAH PUSKESMAS BATURITI II
TAHUN 2021**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan
pada Program Studi D III Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Denpasar**

Oleh:

NI LUH PERMATA PUTRI SETYA NINGRUM

NIM. P07120018094

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
2021**

LEMBAR PERSETUJUAN

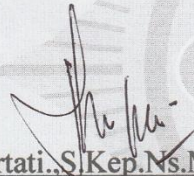
KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN IBU HAMIL
TENTANG MAKANAN SEHAT DAN BERGIZI SELAMA
KEHAMILAN DI WILAYAH PUSKESMAS BATURITI II
TAHUN 2021**

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama :

Pembimbing Pendamping :



Ni Nyoman Hartati, S.Kep.Ns.M.Biomed
NIP. 196211081982122001

Drs. I DM Ruspawan, SKp, M.Biomed
NIP. 196005151982121001

Mengetahui :

Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik

Kesehatan Kemenkes Denpasar

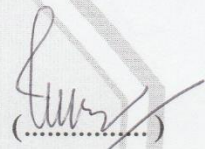

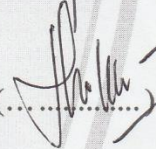


Ners. I Made Sukarja, S.Kep., M.Kep
NIP. 196812311992031020

KARYA TULIS ILMIAH DENGAN JUDUL:
GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN IBU HAMIL
TENTANG MAKANAN SEHAT DAN BERGIZI SELAMA
KEHAMILAN DI WILAYAH PUSKESMAS BATURITI II
TAHUN 2021


TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI
PADA HARI: SENIN
TANGGAL : 10 MEI 2021

TIM PENGUJI :

1. Ns. Nengah Runiari, S.Kp., S.Pd., M.Kep.Sp.Mat (Ketua) 
NIP. 197202191994012001
2. Suratiah, S.Kep.Ners., M.Biomed (Anggota I) 
NIP. 196211081985122000
3. Nyoman Hartati, S.Kep., Ns., M.Biomed (Anggota II) 
NIP. 196211081982122001

Mengetahui

Ketua Jurusan Keperawatan
Politeknik Kesehatan Denpasar


Ners. I Made Sukarja, S.Kep., M.Kep
NIP. 196812311992031020

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ni Luh Permata Putri Setya Ningrum

NIM : P07120018094

Program Studi :Diploma Tiga

Jurusan : Keperawatan

Tahun Akademik : 2021

Alamat: Banjar Beluangan Desa Peraan Kangin Kecamatan Baturiti Kabupaten Tabanan

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Tugas Akhir dengan judul Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Makanan Sehat Dan Bergizi Di Puskesmas Baturiti II adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Tugas Akhir 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 10 April 2021



Yang membuat pernyataan

Ni Luh Permata Putri Setya Ningrum

Nim : P07120018094

THE OVERVIEW OF EXPECTANT MOTHER'S KNOWLEDGE LEVEL ABOUT HEALTHY AND NUTRITIOUS FOOD DURING GESTATION AT AREA OF PUSKESMAS BATURITI II IN 2021

ABSTRACT

Adequate nutrition must be known by pregnant women because this nutrition will be used by pregnant women and their fetuses, during the COVID-19 pandemic, fulfilling the nutritional needs of pregnant women is very important. The purpose of this study was to determine the level of knowledge of pregnant women about healthy and nutritious food during pregnancy in the Baturiti II Public Health Center. This type of research was descriptive with a cross sectional approach with a total of 32 respondents. The research instrument is a questionnaire. The results of this study are from 32 respondents who can be categorized as follows for primigravida pregnant women obtained as many as 11 people (34.4%), have good knowledge 3 people (9.35%) have sufficient knowledge and no primigravida pregnant women have knowledge less . While multigravida pregnant women got 15 people (46.9%) had good knowledge, 3 people (9.35%) had sufficient knowledge and no pregnant women had poor knowledge. It can be described that 81.3% of mothers have knowledge about healthy and nutritious food in the Baturiti II Health Center Work Area with good category. It is hoped that health workers will add more educational programs and information to pregnant women, especially about healthy and nutritious foods that must be consumed during pregnancy.

Keywords: *Knowledge, Healthy And Nutritious Food, Pregnant mother*

GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG MAKANAN SEHAT DAN BERGIZI SELAMA KEHAMILAN DI WILAYAH PUSKESMAS BATURITI II TAHUN 2021

ABSTRAK

Gizi yang cukup harus diketahui oleh ibu hamil karena gizi tersebut akan digunakan oleh ibu hamil dan juga janinnya, pada masa pandemi COVID-19 pemenuhan kebutuhan gizi pada ibu hamil menjadi hal yang sangat penting. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Makanan Sehat Dan Bergizi Selama Kehamilan Di Wilayah Puskesmas Baturiti II jenis penelitian ini deskriptif dengan pendekatan *cross sectional* dengan jumlah sebanyak 32 responden. Instrumen penelitian ini adalah kuisioner. Hasil penelitian ini yaitu dari 32 responden dapat dikategorikan sebagai berikut untuk ibu hamil primigravida didapatkan sebanyak 11 orang (34,4%), mempunyai pengetahuan baik 3 orang (9,35%) mempunyai pengetahuan cukup dan tidak ada ibu hamil primigravida yang memiliki pengetahuan kurang. Sedangkan ibu hamil multigravida didapatkan 15 orang (46,9%) memiliki pengetahuan baik, 3 orang (9,35%) memiliki pengetahuan cukup dan tidak ada ibu hamil yang memiliki pengetahuan kurang. Dapat digambarkan bahwa 81,3% ibu hamil memiliki pengetahuan tentang makanan sehat dan bergizi di Wilayah Kerja Puskesmas Baturiti II dengan kategori baik. Diharapkan bagi tenaga kesehatan agar lebih menambah program edukasi serta informasi terhadap ibu hamil khususnya tentang makanan sehat dan bergizi yang harus dikonsumsi selama kehamilan.

Kata Kunci : Pengetahuan, Makanan Sehat Dan Bergizi, Ibu Hamil

RINGKASAN PENELITIAN

Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Makanan Sehat Dan Bergizi
Selama Kehamilan Di Wilayah Puskesmas Baturiti II
Tahun 2021

Oleh : Ni Luh Permata Putri Setya Ningrum (P07120018904)

Gizi pada ibu hamil adalah makanan atau zat gizi yang diperlukan oleh seorang ibu hamil dimana pada trimester I, trimester II, trimester III dan harus mencukupi jumlah yang dibutuhkan, mutu yang dapat dipenuhi dari kebutuhan sehari-hari sehingga janin yang dikandungnya dapat tumbuh dengan baik serta dan tidak ada gangguan (Wulandary,dkk.2020). Kebutuhan gizi pada saat kehamilan akan terus meningkat sebesar 15% dibandingkan dengan kebutuhan wanita normal. Makanan yang dikonsumsi oleh ibu hamil akan digunakan untuk pertumbuhan janin sebesar 40% dan sisanya 60% digunakan untuk pertumbuhan ibu (Apriliani 2019). Kekurangan gizi pada ibu dan bayi telah menyumbang setidaknya 3,5 juta kematian setiap tahunnya dan menyumbang 11% dari penyakit global di dunia. (Abraham, dkk.2015). Negara Indonesia adalah salah satu negara yang berkembang dan masih menghadapi permasalahan gizi selama bertahun-tahun. Di wilayah Indonesia meunjukkan bahwa prevalensi gizi kurang pada ibu hamil sebesar 17,3% . (Apriliani 2019).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan ibu hamil tentang makanan sehat dan bergizi yang dikonsumsi selama kehamilan.

Penelitian ini dilaksanakan dari Tanggal 25 Maret sampai dengan 20 April tahun 2021. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif. Desain penelitian ini adalah penelitian survei. Pada penelitian ini, peneliti meneliti tingkat pengetahuan ibu hamil tentang makanan sehat dan bergizi yang dikonsumsi selama kehamilan. Model pendekatan yang digunakan adalah *cross sectional*. Dalam Penelitian ini, sampel yang digunakan 32 orang ibu hamil. Sebelum kuisioner diberikan kepada responden, kuisioner terlebih dahulu dilakukan uji validitas dan uji reliabilitas menggunakan aplikasi *Statistical Package for the Social Sciences (SPSS)* versi 25.

Hasil penelitian ini didapatkan bahwa karakteristik ibu hamil berdasarkan umur menunjukkan sebagian besar berumur 26-30 tahun (68,8%), Sekolah Menengah Atas (SMA) merupakan pendidikan terbanyak yang ditemukan pada responden (68,8%), jenis pekerjaan ibu hamil sebagian besar adalah sebagai pegawai swasta (59,4%), karakteristik berdasarkan jumlah anak diperoleh ibu hamil memiliki anak 1-2 (71,9%), dan umur kehamilan dengan umur kehamilan terbanyak adalah 14-26 minggu (37,5%). Tingkat pengetahuan ibu hamil tentang makanan sehat dan bergizi selama kehamilan di Wilayah Puskesmas Baturiti II sebagian besar memiliki tingkat pengetahuan baik dimana ibu hamil multigravida berpengetahuan baik sebanyak (46,9%) sedangkan ibu hamil dengan primigravida memiliki pengetahuan baik sebesar (34,4%).

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa atas berkat asung kerta wara nugraha-nya, penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul **“Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Makanan Sehat Dan Bergizi Di Wilayah Puskesmas Baturiti II Tahun 2021”** tepat pada waktunya.

Karya Tulis Ilmiah ini ini disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan salah satu syarat memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi D III Keperawatan Politeknik Kesehatan Denpasar Jurusan Keperawatan tahun 2021.

Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan bukanlah semata-mata atas usaha peneliti sendiri melainkan berkat dorongan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu melalui kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Anak Agung Ngurah Kusumajaya., SP., MPH, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Denpasar.
2. Ners. I Made Sukarja, S.Kep., M.Kep, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Denpasar.
3. I Nengah Sumirta, SST., S.Kep., Ns., M.Kes, selaku Kaprodi D III Keperawatan, Jurusan Keperawatan, Politeknik Kesehatan Denpasar.
4. Ni Nyoman Hartati, S.Kep., Ns., M.Biomed, selaku pembimbing utama yang telah banyak memberikan masukan dan bimbingan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.

5. Dr. Drs. IDM. Ruspawan, S.Kp., M.Biomed, selaku pembimbing pendamping yang telah banyak memberikan masukan dan bimbingan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Kepala Puskesmas Baturiti II beserta staff yang telah memberikan kesempatan untuk melakukan penelitian, sehingga Karya Tulis Ilmiah ini dapat disusun dengan baik dan sesuai harapan.
7. Bapak dan Ibu pembimbing mata kuliah riset keperawatan yang telah memberikan ilmu yang dapat digunakan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
8. Mahasiswa angkatan XXXIII D III Keperawatan Politeknik Kesehatan Denpasar yang banyak memberikan masukan, dorongan, dan dukungan kepada peneliti.
9. Orang tua, keluarga, kerabat, serta orang-orang terdekat peneliti yang selalu memberikan dukungan baik secara moral maupun material dalam penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini.
10. Semua pihak yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu, yang telah membantu hingga penyusunan usulan penelitian ini dapat terselesaikan tepat pada waktunya.

Penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk perbaikan di penulisan berikutnya.

Denpasar, 10 April 2021

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMBUTAN	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN JUDUL	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN PENGUJI	iv
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT	v
ABSTRACT	vi
RINGKASAN PENELITIAN	viii
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
DAFTAR SINGKATAN	xx
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9

A. Konsep Makanan Sehat Dan Bergizi Pada Ibu Hamil.....	9
1. Definisi Makanan Sehat Dan Bergizi	9
2. Faktor Penyebab Yang Mempengaruhi Makanan Sehat dan Bergizi	10
3. Pola Makan Dan Status Gizi Ibu Hamil.....	11
4. Kebutuhan Gizi Ibu Hamil	13
5. Menu Makanan Bergizi Seimbang Pada Ibu Hamil	15
6. Masalah Gizi Pada Ibu Hamil.....	17
7. Penilaian Status Pada Ibu Hamil.....	19
B. Konsep Pengetahuan.....	20
1. Definisi Pengetahuan	20
2. Faktor- Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan	20
3. Tingkat Pengetahuan.....	22
4. Pengukuran Pengetahuan	24
C. Konsep Kehamilan.....	24
1. Definisi Kehamilan	24
2. Definisi Ibu Hamil	25
3. Trimester Dalam Kehamilan	25
4. Perubahan Psikologi Ibu Hamil	26
5. Tanda-Tanda Kehamilan	27

6. Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Makanan Sehat dan Bergizi Selama	27
BAB III KERANGKA KONSEP	29
A. Kerangka Konsep	29
B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional Variabel	30
1. Variabel Penelitian.....	30
2. Definisi Oprasional Variabel.....	30
BAB IV METODE PENELITIAN	32
A. Jenis Penelitian.....	32
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	32
C. Populasi dan Sampel	32
1. Populasi	32
2. Sampel.....	33
3. Teknik sampling	34
D. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	34
1. Jenis Data	34
2. Metode Pengumpulan Data	34
3. Instrumen Pengumpulan Data	36
E. Metode Analisa Data	38
1. Teknik Pengolahan Data	38

2. Teknik Analisis Data.....	40
F. Etika Penelitian	42
1. <i>Informed Consent</i>	42
2. <i>Anonymity</i>	42
3. <i>Confidentially</i>	42
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN.....	43
A. Hasil Penelitian	43
1. Gambaran Lokasi Penelitian	43
2. Karakteristik Responden	44
3. Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil.....	47
B. Pembahasan	48
1. Karakteristik Responden	48
2. Tingkat pengetahuan ibu hamil	53
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN	57
A. Simpulan.....	57
B. Saran.....	57
DAFTAR PUSTAKA	60

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional Gambaran Tingka Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Makanan Sehat dan Bergizi Selama Kehamilan	31
Tabel 5.1 Distribusi Responden Berdasarkan Usia	45
Tabel 5.2 Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan	45
Tabel 5.3 Distribusi Responden Berdasarkan Pekerjaan	46
Tabel 5.4 Distribusi Responden Berdasarkan Jumlah Anak	46
Tabel 5.5 Distribusi Responden Berdasarkan Usia Kehamilan.....	47
Tabel 5.6 Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan	47

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Konsep Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Makanan Sehat dan Bergizi Selama Kehamilan.....	29
---	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Jadwal Penelitian Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil tentang Makanan Sehat dan Bergizi Selama Kehamilan.....	65
Lampiran 2	Realisasi Anggaran Biaya Penelitian Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil tentang Makanan Sehat dan Bergizi Selama Kehamilan	66
Lampiran 3	Lembar Permohonan Menjadi Responden Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil tentang Makanan Sehat dan Bergizi	67
Lampiran 4	Lembaran Persetujuan Menjadi Responden Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil tentang Makanan Sehat dan Bergizi Selama Kehamilan	68
Lampiran 5	Informed Consent Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil tentang Makanan Sehat dan Bergizi Selama Kehamilan.....	69
Lampiran 6	Kuisisioner Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu tentang Hamil tentang Makanan Sehat dan Bergizi Selama Kehamilan.....	71
Lampiran 7	Uji Validitas dan Reabilitas Kuisisioner	73
Lampiran 8	Master Tabel	76
Lampiran 9	Analisis Data.....	80
Lampiran 10	Persetujuan Etik atau Ethical Approval.....	84
Lampiran 11	Surat Izin Studi Pendahuluan.....	85
Lampiran 12	Surat Pernyataan Penelitian	86

Lampiran 13 Surat Ijin Penanaman Modal.....	87
Lampiran 14 Surat Dinas Penanaman Modal Satu Pintu	88
Lampiran 15 Surat Dinas Kesehatan Ka.Tabanan	89
Lampiran 16 Surat Balasan Penelitian Di Puskesmas Baturiti II	90
Lampiran 17 Bukti Validasi Bimbingan	91

DAFTAR SINGKATAN

EDHS	= Ethiopia Demographic and Health Survey
KEK	= Kurang Energi Kronik
AKI	= Angka Kematian Ibu
LILA	= Lingkar Lengan Atas
BBLR	= Bayi Berat Lahir Rendah
ASI	= Air Susu Ibu
Hb	= Hemoglobin
GAKI	= Gangguan Akibat Kekurangan Yodium
ANC	= Antenatal Care
SPSS	= Statistical Package for the Social Sciences