

**HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG GIZI DENGAN  
STATUS GIZI IBU HAMIL TRIMESTER I DI ERA PANDEMI COVID-19 DIDUSUN  
KRAJAN DESA SUMBERSEKAR KECAMATAN DAU  
KABUPATEN MALANG**

Katrina Ra Mete<sup>1</sup>, : Eka Yuni Indah Nurmala<sup>2</sup>, Dian Hanifah<sup>3</sup>

<sup>123</sup> Jln. Panji Suroso No 6 Malang

<sup>1</sup>[katrinamete@gmail.com](mailto:katrinamete@gmail.com)

<sup>2</sup>[yunikendedes@gmail.com](mailto:yunikendedes@gmail.com)

<sup>3</sup>[dianhanifah@gmail.com](mailto:dianhanifah@gmail.com)

Pengetahuan gizi merupakan pengetahuan tentang hubungan konsumsi makanan dengan kesehatan tubuh. Ibu hamil dengan pengetahuan gizi baik dapat memilih asupan makanan yang bernilai gizi baik. Gizi seimbang pada masa pandemi COVID-19 sangat penting bagi ibu hamil karena dengan mengkonsumsi gizi seimbang maka ibu hamil dapat menjaga kesehatan. Pada masa kehamilan gizi ibu hamil harus memenuhi kebutuhan gizi untuk dirinya dan pertumbuhan serta perkembangan janin karena gizi janin tergantung pada gizi ibu (Kemenkes RI, 2020). Tujuan untuk mengetahui Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Gizi dengan Status Gizi Ibu Hamil Trimester I di Era Pandemi Covid-19 Di Dsn. Krajan, Ds. Sumbersekar, Kec. Dau, Kab. Malang. Metode jenis penelitian ini menggunakan desain penelitian observasional analitik dengan rancangan penelitian yang digunakan adalah rancangan *cross sectional*. Teknik sampling yang digunakan teknik *accidental sampling*, dengan jumlah populasi semua ibu hamil trimester 1 yang berjumlah 35 orang, dan sampel yang digunakan 32 orang yang termasuk dalam kriteria inklusi dan eksklusi. Metode pengumpulan data menggunakan data primer yaitu tingkat pengetahuan ibu hamil, dan data sekunder yaitu data dari buku KIA, jurnal, dan artikel. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan penyebaran kuesioner yang diisi langsung oleh responden. Hasil uji *Chi Square* didapatkan  $p = 0,001$  ( $p < 0,05$ ) yang menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan ibu hamil tentang gizi dengan status gizi ibu hamil trimester 1 di era pandemi covid-19 di Dsn. Krajan, Ds. Sumbersekar, Kec. Dau, Kab. Malang.

**Kata kunci:** Pengetahuan, gizi ibu hamil, status gizi ibu hamil.

**ABSTRACT**

**Mete, Katrina Ra. 2021.** *The Relationship between Knowledge Level of Pregnant Women about Nutrition and Nutritional Status of Pregnant Women in the First Trimester I in the Era of the Covid-19 Pandemic in Krajan Village of Sumbersekar, Dau Subdistrict, Malang Regency. Advisor I : Eka Yuni Indah Nurmala, SST., M.Keb; Advisor II : Dian Hanifah, SST. M.Keb.*

*Nutrition knowledge is knowledge can intake that good nutritional value. Balanced nutrition during the COVID-19 pandemic is very important for pregnant women because by consuming*

*balanced nutrition, pregnant women can maintain health. During pregnancy, the nutrition of pregnant women must meet the nutritional needs for themselves and the growth and development of the fetus because the nutrition of the fetus depends on the nutrition of the between knowledge level of pregnant women about nutrition and nutritional status of pregnant women in the first trimester i in the era of the covid-19 pandemic in Krajan Village of Sumbersekar, Dau Subdistrict, Malang Regency. This type of research method uses an analytical observational research design with the research design used is a cross sectional design. The sampling technique used was accidental sampling, with a total population of 35 pregnant women in the first trimester, and 32 samples that were included in the inclusion and exclusion criteria. The data collection method used primary data, namely the level of knowledge of pregnant women, and secondary data, namely data from KIA books, journals, and articles. The data collection technique in this research is by distributing questionnaires which are filled directly by the respondents. The results of the Chi Square test obtained  $p = 0.001$  ( $p < 0.05$ ) which indicates there is a significant relationship between the level of knowledge of pregnant women about nutrition and the nutritional status of pregnant women Dau Subdistrict, Malang Regency.*

**Keywords:** Knowledge, nutrition of pregnant women, nutritional status of pregnant women

## PENDAHULUAN

Gizi ibu hamil adalah makanan sehat dan seimbang yang harus dikonsumsi selama kehamilan yaitu dengan porsi dua kali makan orang yang tidak hamil. Gizi seimbang pada masa pandemi COVID-19 sangat penting bagi pola hidup manusia terutama pada ibu hamil karena dengan mengonsumsi gizi seimbang maka ibu hamil dapat menjaga kesehatan. Pada situasi normal seorang ibu sebelum masa kehamilan hanya memerlukan asupan gizi untuk mempertahankan atau bahkan meningkatkan daya imunisasinya terhadap serangan penyakit, maka saat masuk fase kehamilan ia juga harus menjaga asupan nutrisi untuk janin yang dikandungnya sehingga virus tidak mudah masuk kedalam tubuh dengan itu dapat memutuskan rantai penyebaran virus corona. Sejak janin sampai anak berumur dua tahun atau 1000 hari pertama kehidupan kecukupan gizi sangat berpengaruh terhadap perkembangan fisik dan kognitif. 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 dan kebutuhan gizi ibu juga harus tetap terpenuhi (Kemenkes RI, 2020).

Corona virus adalah subfamili virus yang disebabkan oleh penyakit pada manusia yaitu infeksi saluran pernapasan, mulai flu biasa hingga penyakit yang serius seperti Middle East Respiratory Syndrome (MERS) dan Sindrom Pernafasan Akut Berat/ Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS). Corona virus adalah jenis baru yang ditemukan pada manusia sejak kejadian luar biasa muncul di Wuhan Cina, pada Desember 2019, kemudian diberi nama Severe Acute Respiratory Syndrome Corona virus 2 (SARS-COV2), dan menyebabkan penyakit Corona virus Disease-2019 atau yang di kenal dengan COVID-19. (Kemenkes, 2020).

Dengan terjadinya pandemi COVID-19 di Indonesia, status tanggap darurat yang diikuti dengan kebijakan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) akan berdampak signifikan tidak hanya pada aktivitas masyarakat tetapi juga terhadap kondisi ekonomi sebagian besar masyarakat yang bekerja pada sektor informal. Kondisi tersebut dikhawatirkan akan berpengaruh terhadap menurunnya akses dan daya beli masyarakat terhadap pemenuhan pangan bergizi. Jika hal tersebut tidak diantisipasi maka akan terjadi kerawanan pangan dan gizi terutama di wilayah-wilayah yang

teridentifikasi rentan. Kerawanan pangan dan gizi meningkatkan risiko terjadinya masalah gizi akut (gizi kurang dan gizi buruk) pada masyarakat khususnya ibu hamil, bahkan masalah gizi kronik (stunting) pun mungkin akan meningkat jika penetapan tanggap darurat COVID-19 berlangsung dalam waktu yang cukup lama (Kemenkes, 2020).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Andi dan Kasmianti di Puskesmas Watampone pada tahun 2020 menunjukkan bahwa dari 75 responden terdapat status gizi paling banyak dengan status gizi baik yaitu 56 orang (74,7%) dan status gizi kurang yaitu 19 orang (25,3%). Rendahnya status gizi ibu hamil dapat disebabkan beberapa faktor, antara lain rendahnya pengetahuan ibu hamil tentang nutrisi, pendapatan keluarga dibawah rata-rata, dan tidak teraturnya pola makan. Kondisi yang paling mendasar terkait dengan status gizi ibu hamil dimana masyarakat masih memiliki tingkat pengetahuan yang kurang. Dari penelitian itu juga menunjukkan bahwa dari 75 responden terdapat pengetahuan paling banyak dengan tingkat pengetahuan cukup yaitu sebanyak 48 orang (64%) dan tingkat pengetahuan kurang yaitu sebanyak 27 orang (36%).

Pengetahuan yang dimiliki seorang ibu akan mempengaruhi perilaku ibu termasuk dalam pengambilan keputusan. Ibu dengan gizi yang baik, kemungkinan akan memenuhi kebutuhan gizi yang baik untuk bayinya. Sehingga ibu yang memiliki pengetahuan yang baik meskipun pada awal kehamilannya mengalami mual dan rasa tidak nyaman maka ia akan berupaya untuk memenuhi kebutuhan gizinya dan juga bayinya, sehingga penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Gizi dengan Status Gizi Ibu Hamil di Era Pandemi Covid-19 di Dsn. Krajan, Ds. Sumbersekar, Kec. Dau, Kab. Malang.

Penelitian ini menggunakan penelitian observasional analitik dengan desain penelitian *cross sectional*. Variabel terikatnya gizi ibu hamil trimester I, sedangkan variabel bebasnya tingkat pengetahuan ibu hamil tentang gizi. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu hamil yang berada di Dsn. Krajan, Ds. Sumbersekar, Kec. Dau, Kab. Malang. sebanyak 35 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah ibu hamil yang berada di Dsn. Krajan, Ds. Sumbersekar, Kec. Dau, Kab. Malang yang memenuhi kriteria inklusi. Sampel diambil dengan menggunakan teknik *accidental sampling* yang merupakan teknik pengambilan sampel berdasarkan besar jumlah sampel yang ditemui pada saat observasi untuk tujuan tertentu. Penelitian ini dilakukan pada bulan Juli-September 2021.

## **METODE PENELITIAN**

## HASIL

### Analisis Data Univariat

#### Umur

No	Umur	Frekuensi(f)	Persentase(%)
1.	18-21 tahun	10	31,2
2.	22-25 tahun	11	34,4
3.	26-29 tahun	8	25
4.	30-33 tahun	3	9,4

#### Pendidikan

No	Pendidikan	Frekuensi (f)	Persentase(%)
1.	Tidak sekolah	5	15,6
2.	SD	6	18,8
3.	SLTP	4	12,5
4.	SLTA	6	18,8
5.	PT	11	34,4

#### Pekerjaan

No	Pekerjaan	Frekuensi (f)	Persentase(%)
1.	Pegawai negeri	7	21,9
2.	Pegawai swasta	2	6,2
3.	Wiraswasta	1	3,1
4.	IRT	22	68,8

#### Usia Kehamilan

No	Usia Kehamilan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	6-8 minggu	7	21,9
2.	9-11 minggu	19	59,3
3.	12-14 minggu	6	18,8

#### Paritas

No	Paritas	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Nulipara	11	34,4
2.	Primipara	16	50
3.	Multipara	5	15,6

#### Tingkat Pengetahuan

No	Tingkat Pengetahuan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Kurang	5	15,6
2.	Cukup	15	46,9
3.	Baik	12	37,5

#### Status gizi

No	Status gizi	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Kurus	11	37,5
2	Normal	21	62,5
3	BB lebih	0	0

### Analisis Data Bivariat

**Tabulasi Silang Umur Ibu dengan Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu hamil Tentang Gizi dengan Status Gizi Ibu Hamil Trimester I Di Era Pandemi Covid-19**

No	Umur	Pengetahuan						Total	
		Kurang		Cukup		Baik		F	%
		F	%	F	%	f	%		
1	18-21 tahun	4	12,5	5	15,6	1	3,1	10	31,2
2	22-25 tahun	0	0	7	21,9	4	12,5	11	34,4
3	26-29 tahun	1	3,1	3	9,4	4	12,5	8	25
4	30-33 tahun	0	0	0	0	3	9,4	3	9,4
	Total	5	15,6	15	46,9	12	37,5	32	100

**Tabulasi silang pendidikan ibu dengan hubungan tingkat pengetahuan ibu hamil tentang gizi dengan status gizi ibu hamil trimester I di era pandemi covid-19**

No.	Pendidikan	Pengetahuan						Total	
		Kurang		Cukup		Baik		F	%
		F	%	F	%	F	%		
1	Tidak sekolah	5	15,6	0	0	0	0	5	15,6
2	SD	0	0	6	18,8	0	0	6	18,8
3	SLTP	0	0	2	6,2	2	6,2	4	12,5
4	SLTA	0	0	4	12,5	2	6,2	6	18,8
6	PT	0	0	3	9,4	8	25	11	34,4
	Total	5	15,6	15	46,9	12	37,5	32	100%

**Tabulasi silang pekerjaan ibu dengan hubungan tingkat pengetahuan ibu tentang gizi dengan status gizi ibu hamil trimester I di era pandemi covid-19**

No	Pekerjaan	Pengetahuan						Total	
		Kurang		Cukup		Baik		f	%
		F	%	F	%	F	%		
1	Pegawai negeri	0	0	1	3,1	6	18,8	7	21,9
2	Pegawai swasta	0	0	2	6,2	0	0	2	6,2
3	Wiraswasta	0	0	0	0	1	3,1	1	3,1
4	IRT	5	15,6	12	37,5	5	15,6	22	68,8
	Total	5	15,6	15	46,9	12	37,5	32	100%

**Tabulasi Silang usia kehamilan Ibu dengan Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu hamil Tentang Gizi dengan Status Gizi Ibu Hamil Trimester I Di Era Pandemi Covid-19**

No	UK	Pengetahuan						Total	
		Kurang		Cukup		Baik		F	%
		F	%	F	%	F	%		
1	6-8 mgg	2	6,2	3	9,4	2	6,2	7	21,9

2	9-11 mgg	1	3,1	11	34,4	7	21,9	19	59,4
3	12-14 mgg	2	6,2	1	3,1	3	9,4	6	18,8
	Total	5	15,6	15	46,9	12	37,5	32	100%

**Tabulasi Silang paritas Ibu dengan Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu hamil Tentang Gizi dengan Status Gizi Ibu Hamil Trimester I Di Era Pandemi Covid-19**

No	Paritas	Pengetahuan						Total	
		Kurang		Cukup		Baik		F	%
		F	%	F	%	f	%		
1	Nulipara	2	6,2	6	18,8	3	9,4	11	34,4
2	Primipara	2	6,2	8	25	6	18,8	16	50
3	Multipara	1	3,1	2	6,2	2	6,2	5	15,6
	Total	4	12,5	16	50	12	37,5	32	100%

**Tabulasi silang hubungan tingkat pengetahuan ibu hamil tentang gizi dengan status gizi ibu hamil trimester I di era pandemi Covid-19**

No	Tingkat Pengetahuan (X)	Status Gizi (Y)						Total	
		Kurus		Normal		BB lebih		F	%
		f	%	F	%	F	%		
1	Kurang	5	15,6	0	0	0	0	5	15,6
2	Cukup	5	15,6	10	31,2	0	0	15	46,9
3	Baik	1	3,1	11	34,4	0	0	12	37,5
	Total	11	34,4	21	65,6	0	0	32	100

**Analisa Hasil uji *Chi Square***

***Chi-Square Tests***

	Value	Df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	13.160 <sup>a</sup>	2	.001
Likelihood Ratio	15.204	2	.000
Linear-by-Linear Association	11.393	1	.001
N of Valid Cases	32		

**PEMBAHASAN**

**Umur Ibu**

Umur ibu hamil digolongkan menjadi dua yaitu berisiko dan tidak berisiko. Umur berisiko maksudnya umur ibu hamil mempunyai risiko tinggi jika mengalami kehamilan. yaitu umur

terlalu muda (<20 tahun) dan terlalu tua (>35 tahun). Umur tidak berisiko maksudnya umur ibu yang dianjurkan untuk mengalami kehamilan yaitu usia 20-35 tahun.

Kehamilan di usia muda terjadi karena pernikahan dilakukan pada usia muda.

Djamilah dan Kartikawati (2014) menyatakan bahwa dampak signifikan dari pernikahan usia muda adalah ibu muda tidak tahu atau tidak memahami masalah kehamilan. Ibu tidak memahami kebutuhan gizi bagi ibu hamil. Kehamilan diusia terlalu muda akan berisiko mengalami kelahiran prematur, BBLR, aborsi tidak aman, perdarahan persalinan, dan meningkatkan risiko kematian ibu dan bayi karena ibu masih pada usia tumbuh kembang (Kemenkes RI, 2017a).

Adapun ibu hamil yang berusia >35 tahun memiliki organ tubuh yang fungsinya semakin melemah. Kehamilan diusia tua akan berakibat pada cacat atau kematian bayi dan ibu. Ibu akan mengalami penurunan kemampuan untuk bersalin. Pengaruh proses penuaan juga mulai muncul. Kondisi ini ditandai adanya penyakit hipertensi dan diabetes mellitus yang dapat menghambat masuknya makanan bagi janin melalui plasenta. Oleh karena itu wanita yang hamil pada usia lebih dari 35 tahun memerlukan energi yang besar untuk mendukung kehamilannya (Kristiyanasari, 2010; Yana dkk, 2016).

### **Pendidikan**

Pendidikan merupakan kebutuhan dasar manusia yang sangat penting untuk mengembangkan diri, umumnya semakin tinggi Pendidikan seseorang semakin baik pula tingkat pengetahuannya. Seorang ibu yang berpendidikan tinggi akan berbeda tingkah lakunya dengan ibu yang berpendidikan rendah. Hal ini disebabkan ibu yang berpendidikan tinggi akan lebih banyak mendapatkan pengetahuan

tentang pentingnya menjaga kesehatan terutama dalam hal pemenuhan gizi kehamilannya. Penelitian ini sejalan dengan pendapat Notoatmodjo (2014) menjelaskan bahwa semakin pendidikan tinggi maka seseorang akan mudah menerima hal-hal yang baru dan mudah menyesuaikan dengan hal yang baru tersebut. Pendidikan berarti bimbingan yang diberikan oleh seseorang terhadap perkembangan orang lain menuju ke arah suatu cita-cita tertentu. Makin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka makin mudah dalam menerima informasi, sehingga semakin banyak pula pengetahuan yang dimiliki. Sebaliknya pendidikan yang kurang akan menghambat perkembangan sikap seseorang terhadap nilai-nilai yang baru dikenal.

Menurut peneliti bahwa pendidikan mempengaruhi informasi yang diketahui ibu tentang pemenuhan gizi yang baik dan seimbang, dimana semakin rendah pengetahuan ibu tentang gizi maka sikap dan perilaku juga rendah dalam memenuhi kebutuhan gizinya selama kehamilan. Pendidikan menentukan pengetahuan dan informasi ibu dalam memenuhi status gizinya, pendidikan yang rendah menyebabkan kurangnya informasi yang diperoleh ibu tentang pemenuhan gizi seimbang bagi ibu dan janin yang di kandunginya.

### **Pekerjaan**

Status pekerjaan ibu hamil digolongkan menjadi dua yaitu bekerja dan tidak bekerja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil tidak bekerja (beraktivitas sebagai ibu rumah tangga). Pekerjaan adalah

kegiatan yang disukai maupun tidak disukai tetap dilakukan untuk menunjang kehidupan baik dirinya sendiri maupun keluarganya.

Saat ini perempuan memiliki kesempatan yang sama dalam bidang pendidikan sehingga semakin banyak perempuan memiliki pendidikan yang baik, lapangan pekerjaan juga banyak tersedia bagi perempuan. Perempuan yang dimasa lajangnya sudah bekerja nampaknya akan terus bekerja meskipun sudah menikah. Mereka sebagai ibu rumah tangga terus bekerja dengan berbagai motivasi dan alasan seperti kebutuhan aktualisasi diri dan perlunya membantu ekonomi rumah tangga. Peranan perempuan dalam pembangunan terus didorong dalam segala aspek kehidupan. Masalah yang dialami ibu bekerja yaitu memiliki waktu yang kurang untuk memperhatikan gizi kehamilannya. (Sudirman, 2016).

### **Usia Kehamilan**

Gizi ibu hamil trimester 1 merupakan hal yang penting untuk mendapatkan perhatian yang serius. Asupan gizi ibu hamil sangat berpengaruh pada perkembangan pada pertumbuhan janin. Dengan pemenuhan gizi yang baik dan tepat, ibu sehat dan bayi lahir dengan selamat. Ibu hamil juga dianjurkan untuk memilih varian makanan yang sesuai dengan kondisi hamil trimester 1 yang umumnya mengalami mual dan muntah di pagi hari atau biasa disebut morning sickness.

Pemenuhan kebutuhan gizi ibu hamil pada trimester 1 seringkali mengalami hambatan. Di antaranya adalah kondisi ibu hamil trimester 1 yang sering mengalami

mual dan muntah. Hal ini menyebabkan asupan nutrisi menjadi tidak maksimal. Karenanya, ibu hamil harus mengatur pola makan dengan baik sehingga dapat memenuhi kebutuhan nutrisi dengan baik. Ibu bisa melakukan langkah-langkah sederhana seperti menyiapkan makanan kecil yang bisa dimakan saat mual datang, makan sesering mungkin dalam porsi kecil dan sesuai jadwal, hindari minum banyak 30 menit sebelum dan sesudah makan, makan makanan dengan jenis bervariasi dan kaya nutrisi, makan makanan kaya karbohidrat agar terhindar rasa lemas dan lesu, makan makanan berserat untuk menghindari sembelit, mengonsumsi buah segar secara langsung atau dalam bentuk jus. Bisa juga konsumsi buah dalam keadaan dingin. Untuk mengatasi mual, konsumsi buah yang banyak mengandung vitamin C, perbanyak minum air putih, dan hindari makanan pedas, berlemak serta mengeluarkan gas.

### **Paritas**

Paritas menunjukkan jumlah kehamilan terdahulu dan telah dilahirkan, tanpa mengingat jumlah anaknya. Kelahiran kembar tiga hanya dihitung satu paritas. Semakin banyak jumlah kehamilan, baik bayi yang dilahirkan dalam keadaan hidup atau mati dapat mempengaruhi status gizi ibu hamil (Istiany, 2013).

Seorang primipara adalah seorang wanita yang pernah melahirkan satu kali, tanpa mengingat janinnya hidup atau mati saat lahir. Primipara meliputi wanita yang sedang dalam proses melahirkan anak pertama. Multipara adalah wanita yang telah



mengalami dua atau lebih kehamilan. Nullipara adalah seorang wanita yang belum pernah melahirkan dengan usia kehamilan lebih dari 28 minggu atau belum pernah melahirkan janin yang mampu hidup diluar rahim. Pada umumnya semakin tinggi paritas ibu, maka semakin banyak pula pengalaman yang dimiliki oleh ibu tentang gizi. Namun hal ini menunjukkan bahwa paritas atau pengalaman ibu menjadi tolak ukur untuk mengetahui tingkat pengetahuan yang dimiliki. Teori yang menyatakan bahwa paritas atau jumlah anak yang dilahirkan oleh ibu baik yang hidup ataupun yang mati. Paritas dikatakan tinggi bila melahirkan anak ke empat atau lebih. Anak dengan urutan paritas yang lebih tinggi seperti anak kelima atau lebih kemungkinan menderita gangguan zat besi lebih besar dan berdampak pada status gizi ibu hamil (Oxorn dan Forte, 2010).

### **Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Ibu Hamil Trimester I di Dusun Krajan**

Pengetahuan gizi merupakan salah satu faktor yang merangsang terwujudnya sebuah perilaku kesehatan. Yang meliputi pengetahuan tentang pemilihan bahan makanan dan konsumsi sehari-hari dengan baik dan memberikan semua zat gizi yang dibutuhkan untuk fungsi normal tubuh. Pengetahuan tentang gizi yang perlu diketahui dan dipahami oleh ibu hamil meliputi pesan gizi seimbang, kebutuhan zat gizi, fungsi zat gizi, porsi makan ibu hamil, jenis makanan yang baik dikonsumsi ibu hamil serta bahan makanan yang harus dihindari agar tidak berdampak buruk pada kesehatan ibu hamil (Fitriana, 2016).

Pendidikan merupakan suatu usaha untuk mengembangkan kepribadian

dan kemampuan di dalam dan di luar sekolah dan berlangsung seumur hidup. Tingkat pendidikan dan kategori status gizi tidak menunjukkan sebuah pola tertentu sehingga pendidikan tidak mempunyai hubungan dengan status gizi. Pendidikan mempengaruhi proses belajar, makin tinggi pendidikan seorang makin mudah orang tersebut untuk menerima informasi.

Rendahnya konsumsi gizi juga diduga disebabkan karena kondisi pandemi Covid-19 sehingga akses ibu untuk memperoleh makanan bergizi menjadi berkurang, pandemi juga berdampak pada rendahnya pendapatan keluarga sehingga daya beli makanan bergizi juga menurun, selain itu faktor pengetahuan ibu hamil yang kurang juga berkontribusi terhadap rendahnya konsumsi gizi ibu hamil. Hal initerjadi karena kurangnya informasi yang diperoleh ibu hamil dari tenaga kesehatan diakibatkan selama Covid-19, pelayanan diarahkan ke pencegahan dan penanggulangan Covid-19. Olehnya itu pengetahuan ibu sangat berperan dalam meningkatkan asupan ibu hamil, semakin meningkatnya pengetahuan akan membantu dalam peningkatan kepedulian tentang konsumsi yang tepat pada ibu hamil yang diharapkan pada hasil akhirnya membantu dalam mencapai status gizi yang baik (Ellyani Abadi, 2020).

### **STATUS GIZI IBU HAMIL TRIMESTER I DI DUSUN KRAJAN**

Status gizi merupakan hasil akhir dari keseimbangan antara makanan yang masuk ke dalam tubuh (nutrient input) dengan kebutuhan tubuh (nutrient output) akan zat gizi tersebut. Status gizi ibu adalah suatu keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi. Faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi ibu hamil yaitu status

ekonomi, pengetahuan zat gizi dalam makanan, status kesehatan, aktivitas, suhu lingkungan, berat badan dan umur (Supariasa, 2013).

Gizi dan Nutrisi ibu hamil merupakan hal penting yang harus dipenuhi selama kehamilan berlangsung terlebih di masa Pandemi Covid-19. Nutrisi dan gizi yang baik ketika kehamilan sangat membantu ibu hamil dan janin tetap sehat. Ibu hamil harus terima asupan gizi yang baik mencakup empat sehat lima sempurna. Jika kebutuhan gizi pada ibu hamil tidak terpenuhi, maka akan terjadi masalah gizi. Masalah gizi yang sering terjadi pada ibu hamil adalah KEK dan anemia. Masalah gizi tersebut berdampak pada kualitas generasi yang akan datang karena memperlambat pertumbuhan fisik dan perkembangan mental anak serta penurunan kecerdasan (Abadi et al., 2020; Anggraini et al., 2021; Ernawati et al., 2019; Kemenkes, 2020).

Pengukuran LILA menjadi indikator selanjutnya dalam memantau status gizi ibu hamil yang digunakan untuk mengetahui seseorang kurang energi kronis (KEK). Ibu yang mengalami kurang energi kronis beresiko melahirkan bayi dengan berat badan rendah (BBLR) (Ferial, 2011). Ukuran LILA lebih menggambarkan keadaan atau status gizi ibu hamil sendiri. Berat badan ibu selama kehamilan merupakan berat badan kumulatif antara penambahan berat organ tubuh dan volume darah ibu serta berat janin yang dikandungnya. Pertambahan berat badan ibu selama hamil itu dapat berasal dari pertambahan berat badan ibu, janin, atau keduanya.

## **HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG GIZI DENGAN STATUS GIZI IBU HAMIL TRIMESTER I DI DUSUN KRAJAN**

Dari uji statistik menggunakan Chi-square yang dilakukan dengan bantuan Software SPSS for windows nilai p sebesar 0,001 yang berarti nilai  $p < 0,05$  sehingga hubungan tingkat pengetahuan ibu hamil tentang gizi dengan status gizi ibu hamil trimester I adalah signifikan. Sehingga dapat dikatakan bahwa apabila pengetahuan tentang gizi baik maka status gizi ibu hamil baik pula. Berdasarkan hasil penghitungan diperoleh nilai koefisien kontingensi sebesar 0,540 yang berarti bahwa hubungan antara pengetahuan tentang gizi ibu hamil dengan status gizi ibu hamil trimester I di Dusun Krajan adalah cukup kuat. Jadi secara umum memiliki tingkat hubungan yang sedang dan signifikan (bermakna). Sehingga dapat dikatakan bahwa apabila pengetahuan tentang gizi baik maka ibu hamil mempunyai status gizi baik.

Faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi ibu hamil diantaranya adalah faktor pendidikan, faktor pekerjaan, faktor pengalaman, keyakinan, sosial budaya (Notoatmodjo, 2010). Penelitian ini telah membuktikan adanya hubungan pengetahuan ibu hamil tentang kebutuhan gizi dengan status gizi ibu hamil. Ibu hamil yang memiliki pengetahuan tentang kebutuhan gizi tentunya menyadari akan dampak dari tidak terpenuhinya gizi. Ibu hamil tersebut tentunya tidak mau mengalami gangguan pada saat persalinan seperti sulit dan lama, serta mempengaruhi proses pertumbuhan janin dan dapat menimbulkan keguguran. Dengan demikian ibu hamil tersebut akan berusaha menjaga kesehatannya terutama yang berhubungan dengan kesehatan sehingga akan berpengaruh terhadap status gizinya.

Asumsi peneliti, adanya hubungan antara pengetahuan gizi ibu hamil dengan status gizi dikarenakan

pengetahuan individu dapat mempengaruhi perilaku sehatnya setiap hari. Ibu hamil yang memiliki pengetahuan yang baik tentang kebutuhan gizi, maka akan melakukan perilaku yang sehat seperti rajin mengkonsumsi makanan bergizi dan sehat selama hamil. Dengan perilaku sehat tersebut maka status gizi ibu juga akan normal. Selain itu, pemenuhan gizi ibu hamil dipengaruhi oleh salah satu faktor, yaitu dukungan dari suami, keluarga, dan tenaga kesehatan. Tanpa dukungan dari orang terdekat maka suatu tujuan tidak akan tercapai dengan baik. Seperti dukungan materiil untuk memenuhi kebutuhan gizi ibu hamil. Apabila mengalami keterbatasan ekonomi maka hal tersebut juga akan berpengaruh terhadap kecukupan status gizi ibu hamil.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian tentang “Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Gizi dengan Status Gizi Ibu Hamil Trimester I di Era Pandemi Covid-19 di Dsn. Krajan” dapat disimpulkan sebagai berikut ini:

- 1) Tingkat pengetahuan ibu tentang gizi saat kehamilan di Dusun Krajan sebagian besar dalam kategori cukup.
- 2) Status gizi ibu hamil trimester 1 di Dusun Krajan sebagian besar termasuk dalam kategori normal.
- 3) Ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan ibu hamil tentang gizi dengan status gizi ibu hamil trimester I.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmar Hamdiah. 2020. 'Kebutuhan Vitamin Selama Kehamilan', in *All About Pregnancy (Panduan Menjalani Kehamilan Sehat)*. Malang: Literasi Nusantara, pp. 22–24.
- Akbar, Aidah. 2020. Perilaku Penerapan Gizi Seimbang Masyarakat Kota Binjai Pada Masa Pandemi Covid-19 Tahun 2020. *Jurnal Menara Medika*, 3(1)
- Almatsier, S. 2011. *Gizi Seimbang dalam Daur Kehidupan*. Jakarta : PT Gramedia Pustaka.
- Aryaneta Y, Ratna. 2021. Hubungan antara lingkaran lengan atas (lila) dengan berat bayi lahir di wilayah kerja pusat kesehatan masyarakat sei langkai (puskesmas) kota batam. *Menara ilmu*, 15(2)
- Cahyaningsih S. 2019. Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Gizi Ibu Hamil Dengan Taksiran Berat Janin Trimester III Di Puskesmas Galur II, Kulon Progo. Skripsi Prodi Sarjana Terapan Kebidanan Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta. serial online), [cited 2019 December 2].
- Djamilah & Kartikawati, R. 2014. Dampak Perkawinan Anak di Indonesia. *Jurnal Studi Pemuda*, 3(1), 1-16
- Ellyani Abadi. 2020. konsumsi makeonutrien pada ibu hamil kekurangan energi kronik (KEK) di masa pandemi covid-19. *Jurnal poltekkes Mamuju*
- Erike. 2020. Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil Mengenai Status Gizi Selama Kehamilan.
- Fikawati, Sandra., Ahmad Syafia, dan Khaula Karima. 2015. *Gizi Ibu dan Bayi*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Haryanti , Yovinna , Utami. 2021. Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Pda Ibu Hamil Tahun 2021. *Jurnal Medika Hutama*, 2(2).
- I Dewa Nyoman Supariasa, dkk. 2012. *Penilaian Status Gizi*.
- Ilmiani , Anggraini , Hanriko. 2020. Hubungan Pengetahuan Gizi Ibu Hamil Terhadap Peningkatan Berat Badan Selama Kehamilan di Puskesmas Bandar Lampung Tahun 2020. *Medical Journal Of Lampung University*, 9(1)
- Infodatin. 2016. *Situasi Gizi*.
- Kemenkes. 2019. *Petunjuk Teknis Pemberian Makanan Tambahan Balita dan Ibu Hamil*.
- KEMENKES. 2020. *Pedoman Pelayanan Gizi Pada Masa Tanggap Darurat Pandemi Covid-19*.
- Kemenkes RI. 2017a. *Inilah Risiko Hamil di Usia Remaja*.
- Kementerian Kesehatan RI. 2014. *Pedoman Gizi Seimbang*.
- Lidia, K. 2020. Peningkatan Kesehatan dengan Suplemen dan Gizi Seimbang di Era Pandemi Covid19. *Jurnal Lembaga Pengabdian Kepada Masyarakat Undana*, 14(2), 63-68.
- Metasari, Kasmiasi. 2020. Pengetahuan Dan Status Ekonomi Berhubungan Terhadap Status Gizi Ibu Hamil di

- Puskesmas Watampone Tahun 2020. *Jurnal JKFT*, 5(2)
- Nining Anggraini, Dwi Anjani. 2021. Kebutuhan Gizi Ibu Hamil Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Pangan dan Gizi*, 11 (1):42-49.
- Notoadmodjo, S. 2010. Pendidikan Dan Prilaku Kesehatan. Jakarta Rineka Cipta.
- Prautami. 2020. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil Mengenai Status Gizi Selama Kehamilan Tahun 2020. *Jurnal Kesehatan dan Pembangunan*, 10(20)
- Purwanti, I. Macfoedz, I & Wahyuningsih. 2014. Pengetahuan Tentang Nutrisi Berhubungan dengan Status Anemia Pada Ibu Hamil di Puskesmas Sewon II Bantul Yogyakarta Tahun 2012. *Jurnal Gizi Dan Dietetik Indonesia*, 62-67.
- Subriah, Hidayati, Amdadi. 2020. Status Gizi Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Mangasa Kota Makassar Tahun 2020. *Jurnal Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar*, 15(1)
- Sudirman, D. 2016. Kontribusi dan Motivasi Pekerja Wanita dalam Meningkatkan Ekonomi Keluarga. *Al-Ulum Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 1(2), 175-187.
- Sugiyono. 2012. Metode Penelitian. Bandung: CV. Alfa Beta.
- Sukmawati. 2012. Hubungan antara Pengetahuan dan Sikap dalam Memenuhi Kebutuhan Nutrisi terhadap Status Gizi Ibu Hamil di Puskesmas Kassi-Kassi Makassar.
- Supariasa. 2013. Penilaian Status Gizi. Jakarta: EGC.
- Suyati. 2019. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Wara Selatan Kota Palopo Tahun 2019. *Jurnal Kesehatan Luwu Raya*, 7(1)
- Tumiwa Krueger, dkk. 2021. Tetap Kreatif dan Inovatif di Tengah Pandemi Covid-19. Pekalongan: PT. Nasya Expanding Management
- Yana., Musafaah., Yulidasari, F., (2016). Hubungan antara usia Ibu pada Saat Hamil dan Status Anemia dengan Kejadian Berat Badan Lahir Rendah (BBLR). Studi observasional di Wilayah Kerja Puskesmas Martapura. *Jurnal Publikasi Kesehatan masyarakat Indonesia*, 3(1), 20-25.
- Zulhaida, 2003, Status Gizi Ibu Hamil Serta Pengaruhnya Terhadap Bayi yang Dilahirkan. GM