

Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tentang Kebutuhan Nutrisi Pada Ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Berseri Pangkalan Kerinci

Factors that Influence Nutrition Needs in Pregnant Women in the region of Puskesmas Berseri

Ekry Binti Farizal

*Dosen Prodi D III Kebidanan Payung Pelalawan

Abstrak

Pengetahuan ibu tentang nutrisi selama kehamilan mempunyai peranan penting. Kurangnya pengetahuan ibu tentang manfaat nutrisi selama hamil dapat menyebabkan bayi kekurangan nutrisi. Disisi lain masih banyak perilaku ibu yang salah dalam memilih makanan dan kebiasaan makan pada jenis makanan tertentu tanpa mempertimbangkan gizi yang diperlukan tubuh. Disamping itu pada masyarakat pedesaan masih terdapat kebiasaan berpantang terhadap makanan sehingga dapat mempengaruhi sikap dan perilaku ibu dalam memenuhi kebutuhan akan pentingnya nutrisi pada bayi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan sikap ibu tentang kebutuhan nutrisi pada ibu hamil. Jenis penelitian ini adalah *deskriptif* dengan menggunakan data sekunder. Populasi pada penelitian ini adalah ibu hamil yang berjumlah 89 orang, sampel dalam penelitian yaitu ibu hamil yang datang untuk memeriksakan kehamilannya berjumlah 89 orang. Hasil penelitian dari 89 responden yang datang ke Puskesmas Berseri Pangkalan Kerinci menunjukkan bahwan yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 15 orang (16,9 %), cukup sebanyak 48 orang (53,9 %), kurang sebanyak 26 orang (29,2 %). mempunyai sikap positif dalam pemenuhan nutrisi sebanyak 50 orang (56,2%), yang mempunyai sikap negatif sebanyak 39 orang (43,8%). Berdasarkan hasil penelitian ini maka perlu ditingkatkan kembali dengan konseling dan penyuluhan untuk menambah wawasan ibu hamil tentang pentingnya nutrisi selama kehamilan.

Kata kunci : Pengetahuan, sikap, ibu hamil, nutrisi.

Abstract

Knowledge of mothers about nutrition during pregnancy plays an important role. Lack of knowledge of mothers about the benefits of nutrition during pregnancy may cause the baby to nutritional deficiencies. On the other hand there are many mother's behavior was wrong in choosing foods and eating habits in certain foods without considering the necessary nutrients the body. Besides, the rural communities are still berpantang to food habits that can influence the attitudes and behavior of mothers in meeting the needs of the importance of nutrition in infants. The purpose of this study was to determine the level of knowledge and attitudes of mothers about the nutritional needs of pregnant women. This research is descriptive by using secondary data. The population in this study were pregnant women totaling 89 people, the samples in the study of pregnant women who came for checkups totaling 89 people. The results of the 89 respondents

who come to the health center Bahwan Serial Base Kerinci showed that having a good knowledge of as many as 15 people (16.9%), just as many as 48 people (53.9%), less than 26 people (29.2%). have a positive attitude in the fulfillment of nutrients by 50 people (56.2%), which has a negative attitude as many as 39 people (43.8%). Based on these results it needs to be scaled back to counseling and outreach to increase knowledge about the importance of maternal nutrition during pregnancy.

Keywords: *Knowledge, attitudes, pregnant women, nutrition*

Latar Belakang

Menurut data World Health Organization (WHO), angka kematian ibu di dunia pada tahun 2015 adalah 216 per 100.000 kelahiran hidup atau diperkirakan jumlah kematian ibu adalah 303.000 kematian dengan jumlah tertinggi berada di negara berkembang yaitu sebesar 302.000 kematian. (WHO, 2015).

Prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia meningkat dibandingkan dengan 2013, pada tahun 2013 sebanyak 37,1% ibu hamil anemia sedangkan pada tahun 2018 meningkat menjadi 48,9% (Riskesdas, 2018).

Biasanya didaerah pedesaan banyak dijumpai ibu hamil dengan mal nutrisi atau kekurangan nutrisi sekitar 33%. Secara umum penyebab kekurangan gizi pada ibu hamil ini adalah konsumsi makanan yang tidak memenuhi syarat gizi yang dianjurkan. Jarak kehamilan dan persalinan yang berdekatan berdekatan pada ibu hamil dengan tingkat pendidikan dan pengetahuannya yang rendah, sehingga menyebabkan ibu tidak mengerti cara pemenuhan nutrisi yang dibutuhkan selama kehamilan.

Pengetahuan ibu tentang nutrisi selama kehamilan mempunyai peran penting, kurangnya pengetahuan ibu tentang manfaat nutrisi selama hamil dapat menyebabkan

bayi kekurangan nutrisi. Disisi lain masih banyak perilaku ibu yang salah dalam memilih makanan dan kebiasaan makan pada jenis makanan tertentu tanpa mempertimbangkan gizi yang diperlukan tubuh. Disamping itu pada masyarakat pedesaan masih terdapat adat kebiasaan berpantang terhadap makanan sehingga dapat mempengaruhi sikap dan perilaku ibu dalam memenuhi kebutuhan akan pentingnya nutrisi pada janin (Supariasa, 2017).

Pentingnya nutrisi tepat sesuai kebutuhan gizi ibu hamil memang belum sepenuhnya disadari oleh masyarakat Indonesia. Pada trimester pertama memang kebutuhan gizi ibu hamil secara umum masih sama dengan wanita dewasa biasa yang mempertahankan kesehatannya. Namun nilai gizi seharusnya tetap diperhatikan, mengingat semakin menjamurnya makanan siap saji dan pola makan ibu-ibu di Indonesia yang cenderung kurang asupan gizi. Pada trimester pertama ibu hamil mengalami kesulitan makan karena mual-muntah, namun sebaiknya tidak mengurangi porsi makan dan kualitas makan (Prita, 2018).

Kebutuhan gizi ibu hamil pada setiap trimester berbeda-beda, hal ini disesuaikan dengan pertumbuhan dan perkembangan janin serta kesehatan ibu. Kebutuhan ibu selama kehamilan ialah 800 mg besi, diantaranya 300 mg untuk janin dan plasenta, 500 mg untuk penambahan

eritrosit ibu. Dengan demikian ibu membutuhkan tambahan sekitar 2-3 mg besi/hari(Nurul, 2015).

Menurut data kesehatan Provinsi Riau, status gizi ibu hamil pada waktu pertumbuhan dan selama hamil dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan janin. Wanita usia subur (WUS) dan ibu hamil yang mengalami kekurangan gizi disebut kekurangan energi kalori (KEK). WUS dan ibu hamil status gizinya kurang, maka ia akan cenderung dengan Hb < 11 gr persen atau disebut anemia. Anemia yang umumnya terjadi pada ibu hamil adalah anemia gizi besi. Anemia dan KEK akan mengakibatkan turunya kesehatan wanita tersebut. Cakupan pemberian tablet Fe di Provinsi Riau pada tahun 2014 sebesar 86,1% cakupan ini mengalami peningkatan dibandingkan tahun 2013 sebesar 85,2%.

Cakupan pemberian tablet Fe yang tinggi bisa tidak berdampak pada penurunan anemia besi jika kepatuhan ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet besi masih rendah (Profil Kesehatan Provinsi Riau, 2013)

Penelitian yang dilakukan oleh Tiya Haning Jayanti di poli kandungan RSUD Harjono Ponorogo menunjukkan bahwa dari 35 responden didapatkan sebagian besar 23 responden (65,71%) mempunyai pengetahuan baik dan sikap positif, sebagian kecil 1 responden (5,71) mempunyai pengetahuan buruk dan sikap positif, sebagian kecil 4 responden (11,42%) mempunyai pengetahuan baik dan sikap negatif, sebagian kecil 7 responden (20%) mempunyai pengetahuan buruk dan sikap negatif. (Haning J, 2017)

Berdasarkan data yang telah peneliti peroleh dari melakukan survei awal di Puskesmas Berseri Pangkalan Kerinci dari bulan Juni-Desember 2019, terdapat 427 orang ibu hamil yang berkunjung, dari 20

orang ibu hamil yang datang ke Puskesmas Berseri Pangkalan Kerinci, hanya sekitar 7 orang atau (40%) yang mengerti dengan kebutuhan nutrisi saat kehamilan, sedangkan ibu hamil yang lainnya tidak sepenuhnya memahami atau mengetahui tentang kebutuhan nutrisi selama kehamilan, dengan alasan yang berbeda-beda. Tetapi, kebanyakan ibu hamil mengalami anemia karena tidak memenuhi kebutuhan nutrisi selama kehamilannya.

Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti merasa tertarik untuk mengambil judul “ Gambaran Pengetahuan dan Sikap Ibu Tentang Kebutuhan Nutrisi Pada Ibu hamil tahun 2019“.

TUJUAN

Untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan sikap ibu tentang kebutuhan nutrisi

METODE

Jenis penelitian yang digunakan peneliti adalah deskriptif yaitu metode penelitian yang di lakukan dengan tujuan utama untuk membuat gambaran deskriptif tentang suatu keadaan secara objektif

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian menggambarkan bahwa dari 89 responden di Puskesmas Berseri Pangkalan Kerinci tahun 2019, bahwa yang berumur <20 tahun sebanyak 10 orang (11,2%), umur 20-35 tahun sebanyak 76 orang (85,4%), dan yang berumur >35 tahun sebanyak 3 orang (3,4%). Jadi, sebagian besar umur ibu adalah 20-35 tahun

Tabel 4.1

Distribusi Frekuensi Ibu Hamil Berdasarkan faktor Umur Di Wilayah Kerja Puskesmas Berseri Pangkalan Kerinci

NO	Umur	Frekuensi (orang)	Persentase (%)
-----------	-------------	--------------------------	-----------------------

1	<20 Tahun	10	11,2
2	20-35 Tahun	76	85,4
3	>35 Tahun	3	3,4
Jumlah		89	100

Berdasarkan tabel 4.1 dapat dilihat mayoritas usia responden berada pada rentang usia 20-35 tahun yaitu sebanyak 76 orang (85,4%).

Menurut asumsi peneliti, sebagian besar responden berumur 20-35 tahun, dimana usia ini merupakan usia reproduksi yang mana pada usia ini merupakan usia yang baik untuk memperoleh informasi. Hal ini sesuai teori Huclok (1998), bahwa semakin cukup umur seseorang, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan bekerja. Untuk itu seharusnya responden lebih aktif untuk mencari informasi mengenai kebutuhan selama masa kehamilan, sehingga hal tersebut dapat dijadikan sebagai salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan responden mengenai nutrisi pada kehamilan.

Tabel 4.2
Distribusi Frekuensi Ibu Hamil Berdasarkan faktor Pendidikan Di Wilayah Kerja Puskesmas Berseri Pangkalan Kerinci

N	Pendidikan	Frekuensi (orang)	Persentase (%)
1	Sarjana / perguruan tinggi	6	6,7
2	D4	1	1,1
3	SMA	52	58,4
4	SMP	14	15,7
5	SD	15	16,8
6	Tidak sekolah	1	1,1
JUMLAH		89	100

Berdasarkan tabel 4.2 dapat dilihat mayoritas pendidikan responden berada pada rentang SMA yaitu sebanyak 52 orang (58,4%).

Menurut asumsi peneliti, berdasarkan hasil penelitian bahwa pengetahuan ibu tentang kebutuhan nutrisi pada ibu hamil sebagian besar berpengetahuan cukup yaitu sebanyak 48 orang (53,9). Dengan pendidikan tinggi maka seseorang akan cenderung untuk mendapatkan informasi baik dari orang lain maupun media massa. Semakin banyak informasi yang didapat semakin banyak pula pengetahuan yang didapat tentang kesehatan, tetapi kenyataannya pendidikan tidak menjamin pengetahuannya tentang informasi kesehatan mungkin dikarenakan kesibukan responden dalam mengurus keluarga.

Tabel 4.3
Distribusi Frekuensi Ibu Hamil Berdasarkan faktor Pekerjaan Di Wilayah Kerja Puskesmas Berseri Pangkalan Kerinci

N	Pekerjaan	Frekuensi	Persentase (%)
1	Tidak bekerja	76	85,4
2	Bekerja	13	14,6
JUMLAH		89	100

Berdasarkan tabel 4.3 dapat dilihat mayoritas pekerjaan responden berada pada rentang tidak bekerja sebanyak 76 orang (85,4%).

Menurut asumsi peneliti di lihat dari pekerjaan responden sebagian besar yaitu ibu rumah tangga sebanyak 76 orang (85,4%). Dari pekerjaan responden yang kebanyakan ibu rumah tangga dapat dilihat bahwa informasi yang didapat responden tidak terlalu banyak, dikarenakan kesibukan responden dalam mengurus keluarga

sehingga responden kurang mengetahui kebutuhan nutrisi pada kehamilan.

Tabel 4.4
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Faktor Pengetahuan Kebutuhan Nutrisi pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Berseri Pangkalan Kerinci

N O	Pengetahu an	Frekuen si (orang)	Persenta se (%)
1	Kurang	25	28,1
2	Cukup	48	53,9
3	Baik	16	18,0
JUMLAH		89	100

Berdasarkan tabel 4.4 dapat dilihat mayoritas pengetahuan responden berada pada rentang cukup sebanyak 48 orang (53,9).

Berdasarkan hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa pengetahuan responden tentang kebutuhan nutrisi saat hamil adalah cukup, hal ini kemungkinan dipengaruhi oleh pengalaman ibu karena semakin banyak pengalaman tentang nutrisi selama kehamilan yang diperoleh dari tenaga kesehatan, lingkungan tempat tinggalnya atau lingkungan sekitar maka pengetahuan yang diperoleh semakin membaik. Dalam lingkungan seseorang akan memperoleh pengalaman yang akan berpengaruh pada cara berfikir seseorang.

Tabel 4.5
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Faktor Sikap Ibu Kebutuhan Nutrisi Pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Berseri Pangkalan Kerinci

N O	Sikap	Frekuens i (orang)	Persentas e (%)
1	Negatif	43	48,3
2	Positif	46	51,7
JUMLA H		89	100

Berdasarkan tabel 4.5 dapat dilihat mayoritas sikap responden berada pada rentang positif sebanyak 46 orang (51,7%).

Peneliti menyimpulkan bahwa mayoritas sikap ibu tentang kebutuhan nutrisi selama kehamilan adalah positif, akan tetapi masih ada beberapa responden yang bersikap negatif. Hal ini disebabkan karena kecenderungan dan kebiasaan atau pengalaman diri mereka sendiri (faktor internal) yang lebih mereka yakini dari pada informasi baru yang mereka terima. Sementara itu, faktor lingkungan (faktor eksternal) juga mempengaruhi terbentuknya sikap, seperti informasi yang kurang membawa pesan-pesan yang cukup kuat untuk mempengaruhi seseorang menjadi lebih baik dan kurangnya dukungan dari orang-orang di sekitarnya. Semakin banyak informasi yang telah diperoleh tentang kebutuhan nutrisi selama kehamilan maka semakin banyak juga pilihan yang akan ia nilai sebelum memutuskan untuk melakukan tindakan, khususnya dalam memenuhi kebutuhan nutrisi ibu selama masa kehamilan.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian dan pembahasan tentang pengetahuan dan sikap ibu tentang kebutuhan nutrisi pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Berseri Pangkalan Kerinci Tahun 2019 dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Pengetahuan ibu tentang kebutuhan nutrisi selama kehamilan adalah Cukup yaitu sebanyak 48 orang (53,9%), Dan sikap ibu mengenai kebutuhan nutrisi

selama kehamilan adalah Positif yaitu sebanyak 50 orang (56,2%)

2. Pengetahuan ibu tentang kebutuhan nutrisi selama kehamilan adalah Cukup yaitu sebanyak 48 orang (53.9%)
3. sikap ibu mengenai kebutuhan nutrisi selama kehamilan adalah Positif yaitu sebanyak 50 orang (56.2%)

SARAN

Pada tenaga kesehatan khususnya Puskesmas Berseri Pangkalan Kerinci agar lebih aktif lagi memberi penyuluhan dan informasi tentang pemenuhan kebutuhan nutrisi pada ibu hamil serta meningkatkan motivasi pada ibu-ibu hamil tentang pemenuhan nutrisi saat hamil.

DAFTAR PUSTAKA

Dinkes Provinsi Riau, 2017. *Profil Kesehatan Provinsi Riau*, <http://www.ProfilKesehatanRiau.co.id>, Februari-13-2019, Pukul 05.00 Wib

Deviasari, E. 2011. *Gambaran Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil Tentang Nutrisi Dalam Kehamilan Di Puskesmas Losari*, <http://jurnal.unimus.ac.id>, Februari-13-2014, Pukul 16.00 Wib.

Jannah, N. 2012. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan*, Yogyakarta: C.V Andi Offset.

Muliarini, 2010. *Pola Makan dan Gaya Hidup Sehat Selama Kehamilan*, Jakarta: Rineka Cipta.

Nanni, 2007. *Dampak Anemia dan Kekurangan Energi Kronis pada Ibu Hamil*. <http://www.Youtube.com>.

Notoatmodjo, S. 2005. *Metode Penelitian Kesehatan*, Jakarta: Rineka Cipta.

Sarwono, P. 2006. *Ilmu Kebidanan*, Jakarta: Yayasan Bina Pustaka

Setiawan, A & Saryono. 2011. *Metode Penelitian Kebidanan DII, DIV, SI, S3*. Yogyakarta: Nuha Medika

Sulistyoningsih, H. 2011. *Gizi Untuk Kesehatan Ibu dan Anak*, Yogyakarta: Graha Ilmu

Supariasa, Bakrie, 2017, *Penilaian Status Gizi*, Jakarta: EGC

Tiya 2017, Hubungan Pengetahuan dan Sikap ibu Hamil tentang Pemenuhan Nutrisi Kehamilan di Poli Kandungan RSUD Harjono Ponorogo

Zulhaida, 2006, *Status Gizi Ibu Hamil Serta Pengaruhnya Terhadap Bayi yang Dilahirkan*, Yogyakarta : GMK