

**HUBUNGAN ASUPAN ENERGI, PROTEIN, DAN TINGKAT PENGETAHUAN GIZI
DENGAN STATUS GIZI PADA IBU HAMIL DI PUSKESMAS PUNGGALUKU
KABUPATEN KONAWE SELATAN**

Naskah Publikasi

Disusun sebagai Salah Satu Syarat untuk Menyelesaikan Pendidikan Diploma IV Gizi



OLEH :

ANSALNA ARMIN

NIM. P00313020005

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KENDARI
PRODI D-IV GIZI**

2024

HALAMAN PENGESAHAN

Naskah Publikasi

**HUBUNGAN ASUPAN ENERGI, PROTEIN, DAN TINGKAT PENGETAHUAN GIZI
DENGAN STATUS GIZI PADA IBU HAMIL DI PUSKESMAS PUNGGALUKU
KABUPATEN KONAWE SELATAN**

Yang diajukan oleh :

ANSALNA ARMIN

NIM. P00313020005

Telah disetujui oleh :

Pembimbing utama,



Dr. Intan Ria Nirmala, SP, M.Gizi

NIP.197904042002122004

Tanggal. **31 Mei 2024**

Pembimbing pendamping,



Hasan, S.Gz, MPH

NIP. 197906082007011010

Tanggal. **31 Mei 2024**

Hubungan asupan energi, protein, dan tingkat pengetahuan gizi dengan status gizi pada ibu hamil di puskesmas punggaluku kabupaten konawe selatan.

The relationship between energy intake, protein, and level of nutritional knowledge with nutritional status in pregnant women at punggaluku health center, south konawe district.

Ansalna¹, Intan², Hasan³

1. Minat Gizi, D.IV Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Kendari
2. Pembimbing Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Kendari
3. Pembimbing Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Kendari

ABSTRACT

Background : Chronic Energy Deficiency (KEK) in pregnant women is a condition of pregnant women who experience malnutrition that lasts for a long time (chronic) and is characterized by the circumference of the pregnant woman's upper arms <23.5 cm. (Indonesian Ministry of Health, 2015). The prevalence of KEK pregnant women in Indonesia is 17.3%. For Southeast Sulawesi Province, the prevalence of CED pregnant women in 2017 was 21.9% and in South Konawe Regency in 2020 it was 21%, in 2022 it was 10% and in 2023 it was 10%. Sustainable Development Goals (SDGs) are targeted for 2015-2030. For pregnant women with CED, the prevalence is 5% (Ministry of Health of the Republic of Indonesia, 2015). **Methods :** This research is a descriptive analytical study with a cross sectional study approach and was carried out in 01 February - 01 May 2024 at the Punggaluku Health Center, South Konawe Regency. The sample used in this research was 40 people. The sampling technique used was Purposive Sampling, while the statistical test used was the chi square test. **Results :** The results of the study showed that the majority of pregnant women had insufficient energy intake, namely (78.3%), the majority of pregnant women had a protein intake of (77.3%), the majority of pregnant women had an insufficient level of nutritional knowledge, namely (78.3%). Pregnant women with KEK nutritional status were 23 people (57.5%) and pregnant women with Normal nutritional status were 17 people (42.5%). The results of the chi-square test show that there is a relationship between Energy Intake ($p=0.002$) and Nutritional Status in Pregnant Women. There is a relationship between protein intake ($p=0.005$) and nutritional status in pregnant women. There is a relationship between the level of nutritional knowledge ($p=0.002$) and the nutritional status of pregnant women.

Key words : Energy Intake, Protein Intake, Level of Nutritional Knowledge, Nutritional Status in Pregnant Women.

ABSTRAK

Latar Belakang : Kekurangan energi (KEK) pada ibu hamil merupakan salah satu jenis kelainan makan pada ibu hamil yang berlangsung lama (muda) dan menandakan lingkaran lengan atas ibu hamil. (Kemenkes RI, 2015). Prevalensi ibu hamil KEK di Indonesia sebesar 17,3%. Untuk Propinsi Sulawesi Tenggara, prevalensi ibu hamil KEK pada tahun 2017 sebesar 21,9% dan Kabupaten Konawe Selatan pada tahun 2020 sebesar 21% di tahun 2022 sebesar 10% dan ditahun 2023 sebesar 10% Sustainable Development Goals (SDGs) menargetkan tahun 2015-2030 untuk ibu hamil KEK prevalensinya yaitu 5 % (Kemenkes RI, 2015). **Tujuan :** penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan asupan energi, protein dan tingkat pengetahuan gizi dengan status gizi ibu hamil di Puskesmas Punggaloku Kabupaten Konawe Selatan. **Metode :** Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif analitik dengan pendekatan cross sectional study dan telah dilaksanakan pada bulan 01 Februari - 01 Mei 2024 bertempat di Puskesmas Punggaloku Kabupaten Konawe Selatan. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu 40 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu Purposive Sampling, sedangkan uji statistik yang digunakan yaitu uji chi square. **Hasil :** Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil memiliki asupan energi yang kurang yaitu sebesar (78,3%), sebagian besar Ibu hamil memiliki asupan protein yaitu sebesar (77,3%), sebagian besar Ibu hamil memiliki tingkat pengetahuan gizi yang kurang yaitu sebesar (78,3%). Ibu hamil yang mengalami status gizi KEK yaitu sebesar 23 orang (57,5%) dan Ibu hamil status gizi Normal yaitu sebesar 17 orang (42,5%). Hasil dari uji chi-square menunjukkan bahwa ada hubungan Asupan Energi ($p=0,002$) dengan Status Gizi Pada Ibu Hamil. Terdapat hubungan antara Asupan Protein ($p=0,005$) dengan Status Gizi Pada Ibu Hamil. Terdapat Hubungan antara Tingkat Pengetahuan Gizi ($p=0,002$) dengan Status Gizi Pada Ibu Hamil.

Kata Kunci : Asupan Energi, Asupan Protein, Tingkat Pengetahuan Gizi, Status Gizi Pada Ibu Hamil.

Korespondensi: Ansalna, Mahasiswi Minat Gizi, D.IV Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Kendari, Jl. Pattimura No. 45, Watulondo, Puuwatu, Kota Kendari, Sulawesi Tenggara, Indonesia, ansalna687@gmail.com

PENDAHULUAN

Ibu hamil dengan Kekurangan Energi Kronis (KEK) mengalami kekurangan gizi jangka panjang (kronis), yang ditandai dengan lingkaran lengan atas kurang dari 23,5 sentimeter. (Kemenkes RI, 2015). Ibu hamil dengan status Kurang Energi Kronis (KEK) dapat berdampak pada pertumbuhan dan kesehatan bayinya, Kekurangan zat gizi makro dan mikro pada Ibu hamil dan anak berdampak pada kualitas kehidupan selanjutnya dan kemakmuran suatu bangsa (Pastuty et al., 2018)

Sekitar 41% ibu hamil di seluruh dunia mengalami KEK. Menurut data dari Asia, 15,3% ibu hamil di Thailand mengalami KEK, sedangkan 19% ibu hamil di Thanzania yang berusia 15-19 tahun melaporkan mengalami KEK (Hani & Rosida, 2018). Menurut informasi dari Riskesdas 2018, 17,3% ibu hamil di Indonesia mengalami KEK. Untuk Propinsi Sulawesi Tenggara, prevalensi ibu hamil KEK pada tahun 2017 sebesar 21,9% dan Kabupaten Konawe Selatan pada tahun 2020 sebesar 21% di tahun 2022 sebesar 10% dan ditahun 2023 sebesar 10% Sustainable Development Goals

(SDGs) menargetkan tahun 2015-2030 untuk ibu hamil KEK prevalensinya yaitu 5 % (Kemenkes RI, 2015).

Ibu hamil KEK disebabkan oleh banyak faktor, diantaranya asupan energi dan protein, pengetahuan gizi ibu hamil. Hasil Penelitian (Dictara et al., 2020) menyatakan ada hubungan yang signifikan antara asupan energi dan protein dengan kejadian KEK pada ibu hamil. Penelitian ini juga menemukan bahwa bahwa pengetahuan gizi ibu berhubungan dengan kejadian KEK pada ibu hamil (Sari & Deltu, 2019)

Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik melakukan penelitian mengenai Hubungan Asupan Energi, Protein, dan Tingkat Pengetahuan Gizi Dengan Status Gizi Pada Ibu Hamil di Puskesmas Punggaluku Kabupaten Konawe Selatan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian survei analitik dengan jenis penelitian *Cross Sectional Study*.

Sampel dalam penelitian ini adalah ibu hamil yang berdomisili di daerah Kecamatan Laeya Kabupaten Konawe Selatan. Besar sampel dihitung dengan menggunakan rumus Lameshow 1997.

Berdasarkan rumus tersebut, besar sampel yang digunakan yakni sebanyak 40 orang, yang diambil secara purposive sampling, yakni teknik pengambilan sampel sesuai dengan kebutuhan penelitian dengan mengacu pada kriteria berikut :

Kriteria Penelitian

- a. Kriteria Inklusi :
Kriteria inklusi adalah kriteria atau ciri ciri yang perlu di penuhi oleh setiap anggota populasi yang dapat diambil

sebagai sampel. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah :

1. Bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini
- b. Kriteria Eksklusi :
Kriteria eksklusi adalah kriteria atau ciri-ciri anggota populasi yang tidak dapat diambil sebagai sampel. Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah :
 1. Selama pelaksanaan penelitian ibu hamil pindah dari wilayah kerja Puskesmas Punggaluku
 2. Tidak bersedia menjadi responden

Analisis univariat dilakukan untuk mendapatkan gambaran umum tentang variabel-variabel yang diteliti, yang dinyatakan dalam bentuk proporsi atau persentase.

Analisis Bivariat dilaukan untuk menjawab hipotesis penelitian ini, yakni untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara variabel independent (Asupan Energi, Asupan Protein dan Tingkat Pengetahuan Gizi) dengan variabel dependent (Status Gizi Pada Ibu Hamil).

Analisis dilakukan dengan menggunakan analisis statistic non parametrik uji chi-square jika terdapat nilai sel < 5 maka uji yang digunakan adalah Fisher's Exact Test, interpretasi hasil uji hipotesis diterima jika nilai $P < 0,05$.

HASIL

Karakteristik Sampel

Sesuai dengan hasil penelitian, diperoleh data karakteristik sampel yaitu umur.

Tabel 1

Distribusi Sampel Menurut Kelompok Umur

Kelompok Umur	Ibu Hamil	
	(n)	(%)
< 20 tahun	3	7.5
20-35 tahun	35	87.5
> 35 tahun	2	5
Jumlah	40	100

Berdasarkan tabel 3. menunjukkan bahwa sebagian besar sampel (87,5%) memiliki kelompok umur 20-35 tahun.

Tabel 2
Distribusi Sampel Menurut Umur
Kehamilan

Umur Kehamilan	Ibu Hamil	
	(n)	(%)
Trimester I	4	10
Trimester II	25	62.5
Trimester III	11	27.5
Jumlah	40	100

Berdasarkan tabel 4. menunjukkan bahwa sebagian besar sampel (62,5%) memiliki umur kehamilan di trimester II.

Analisis Univariat Asupan Energi

Tabel 3
Distribusi Sampel Menurut Asupan Energi

Asupan Energi	Ibu Hamil	
	(n)	(%)
Cukup	17	42.5
Kurang	23	57.5
Jumlah	40	100

Berdasarkan tabel 3. menunjukkan bahwa sebagian besar sampel (57,5%) memiliki tingkat asupan energi cukup.

Asupan Protein

Analisis Bivariat

Tabel 7
Hubungan Asupan Energi Dengan Status Gizi Pada Ibu Hamil

Tabel 4
Distribusi Sampel Menurut Asupan Protein

Asupan Protein	Ibu Hamil	
	(n)	(%)
Cukup	18	45
Kurang	22	55
Jumlah	40	100

Berdasarkan tabel 4. menunjukkan bahwa sebagian besar sampel (55%) memiliki tingkat asupan protein kurang.

Tingkat Pengetahuan Gizi

Tabel 5
Distribusi Sampel Menurut Tingkat
Pengetahuan Gizi

Tingkat Pengetahuan Gizi	Ibu Hamil	
	(n)	(%)
Cukup	17	42.5
Kurang	23	57.5
Jumlah	40	100

Berdasarkan tabel 5. menunjukkan bahwa sebagian besar sampel (57,5%) memiliki tingkat pengetahuan gizi kurang.

Status Gizi Pada Ibu Hamil

Tabel 6
Distribusi Sampel Menurut Status Gizi

Status Gizi	Ibu Hamil	
	(n)	(%)
Normal	17	42.5
KEK	23	57.5
Jumlah	40	100

Berdasarkan tabel 6. menunjukkan bahwa sebagian besar sampel (57,5%) memiliki status gizi Kurang Energi Kronik (KEK).

Asupan Energi	Status Gizi				Total		<i>p-value</i>
	Normal		KEK				
	(n)	(%)	(n)	(%)	(n)	(%)	
Cukup	12	70.6	5	29.4	17	100	0,002
Kurang	5	21.7	18	78.3	23	100	
Jumlah	17	42.5	23	57.5	40	100	

Berdasarkan tabel 7. Menunjukkan bahwa dari 23 orang sampel dengan tingkat asupan energi kategori kurang Sebagian besar (78.3%) memiliki status gizi KEK, dan dari 17 orang sampel dengan tingkat asupan energi kategori cukup Sebagian besar (70.6%) memiliki status gizi kategori normal. Hasil

analisis statistic dengan uji Chi-square, diperoleh nilai $P = 0,002$ sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara asupan energi dengan status gizi pada ibu hamil diwilayah kerja puskesmas punggaluku .

Tabel 8

Hubungan Asupan Protein Dengan Status Gizi Pada Ibu Hamil

Asupan Protein	Status Gizi				Total		<i>p-value</i>
	Normal		KEK				
	(n)	(%)	(n)	(%)	(n)	(%)	
Cukup	12	66.7	6	33.3	18	100	0,005
Kurang	5	22.7	17	77.3	22	100	
Jumlah	17	42.5	23	57.5	40	100	

Berdasarkan tabel 8. Menunjukkan bahwa dari 18 orang sampel dengan tingkat asupan protein kategori cukup Sebagian besar (66,7%) memiliki status gizi normal, dan dari 22 orang sampel dengan tingkat asupan protein kategori kurang Sebagian besar (77,3%) memiliki status gizi kategori KEK.

0,005 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara asupan protein dengan status gizi pada ibu hamil diwilayah kerja puskesmas punggaluku .

Hasil analisis statistic dengan uji Chi-square, diperoleh nilai $P =$

Tabel 9

Hubungan Tingat Pengetahuan Gizi Dengan Status Gizi Pada Ibu Hamil

Tingkat Pengetahuan Gizi	Status Gizi				Total		<i>p-value</i>
	Normal		KEK		(n)	(%)	
	(n)	(%)	(n)	(%)			
Cukup	12	70.6	5	29.4	17	100	0,002
Kurang	5	21.7	18	78.3	23	100	
Jumlah	17	42.5	23	57.5	40	100	

Berdasarkan tabel 9. Menunjukkan bahwa dari 23 orang sampel dengan tingkat pengetahuan gizi kategori kurang Sebagian besar (78,3%) memiliki status gizi KEK, dan dari 17 orang sampel dengan tingkat pengetahuan gizi kategori cukup Sebagian besar (70,6%) memiliki status gizi kategori Normal. Hasil analisis statistic dengan uji Chi-square, diperoleh nilai $P = 0,002$ sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan gizi dengan status gizi pada ibu hamil diwilayah kerja puskesmas ponggaluku .

PEMBAHASAN

Hubungan Asupan Energi Dengan Status Gizi Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Ponggaluku

Berdasarkan hasil penelitian, sebagian besar ibu hamil yang konsumsinya dinilai kurang memiliki status gizi KEK. Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas ibu hamil yang konsumsinya dinilai kurang memiliki status gizi KEK. Analisis Chi-square menunjukkan adanya hubungan yang signifikan secara statistik ($P = 0,002$) antara konsumsi energi ibu hamil dengan status gizinya. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara status gizi dan asupan kalori ibu hamil. Hal

ini sejalan dengan hasil penelitian terkini. (Mahmudah & Sigit, 2015) ada hubungan antara asupan energi dengan status gizi ibu hamil.

Hal ini identik dengan penelitian (Gotri Marsedi S, Laksmi Widajanti, 2017) yang menyatakan bahwa mempunyai hubungan signifikan asupan energi dengan kejadian Kurang Energi Kronik (KEK). Sulit untuk mengubah kebiasaan makan seseorang karena perilaku ini sangat terkait dengan selera mereka, yang dibentuk oleh konteks sosial budaya dan mentalitas. Wanita yang sedang hamil membutuhkan lebih banyak nutrisi daripada sebelum hamil. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa nutrisi dibutuhkan oleh wanita hamil dan janin. Malnutrisi dapat terjadi akibat konsumsi energi yang tidak memadai baik sebelum maupun selama kehamilan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa status gizi ibu hamil dan asupan energi saling berhubungan. Hal ini dimungkinkan karena berdasarkan hasil wawancara dengan ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Ponggaluku baik yang memiliki KEK maupun yang tidak memiliki KEK dengan menggunakan dua kuesioner Recall Form 24 jam secara berurutan, sebagian besar ibu hamil tersebut mengonsumsi energi cukup, terbukti dari 23 sampel yang asupan energinya masuk dalam kategori kurang. Dari 17 sampel dengan tingkat asupan energi pada

kelompok cukup, sebagian besar (70,6%) berstatus gizi normal, dan sebagian besar (78,3%) berstatus gizi KEK. Hal ini dikarenakan berdasarkan hasil kuesioner lembar recall 2x24 jam yang diberikan, sebagian besar ibu hamil memang mengonsumsi karbohidrat seperti nasi, yang jumlahnya bisa mencapai 1-2 sendok nasi yang ditaruh di piring. Ibu hamil juga jarang mengonsumsi produk susu seperti prenagen, yang berarti tubuh menyerap energi sangat sedikit.

Hubungan Asupan Protein Dengan Status Gizi Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Punggaluku

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil yang asupan proteinnya tergolong kurang mengalami KEK. Hal ini Berdasarkan hasil analisis Chi-square, hubungan asupan protein dengan status gizi pada ibu hamil secara statistic $P = 0,005$. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara asupan energi dengan status gizi ibu hamil. Hal ini sesuai dengan penelitian (Mahmudah & Sigit, 2015) ada hubungan antara asupan protein dengan status gizi.

Akan tetapi berdasarkan penelitian yang lain asupan protein tidak berhubungan dengan status gizi seperti pada penelitian (Aulia et al., 2020) yang menyatakan bahwa asupan protein tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian kekurangan energi kronis. Sedangkan pada penelitian (Gotri Marsedi S, Laksmi Widajanti, 2017) menyatakan bahwa mempunyai hubungan yang signifikan dengan kejadian kekurangan

energi kronis. Malnutrisi, terutama asupan protein yang tidak memadai, meningkatkan risiko terjadinya KEK pada seseorang.

Hal ini sejalan dengan pesan Gizi Seimbang, jika asupan protein cukup maka status gizi akan baik termasuk ukuran lingkaran lengan atas (LILA). Secara teoritis asupan protein berhubungan dengan ukuran lingkaran lengan atas, jika asupan protein cukup, maka ia akan berfungsi sebagai energi alternatif terakhir setelah karbohidrat dan lemak terpakai karena protein sebagai multi fungsi yaitu dapat memelihara jaringan tubuh dan serta meningkatkan pertumbuhan organ tubuh.

Asupan protein yang terlalu rendah akan menyebabkan penurunan berat badan lahir bayi dan akan berpengaruh juga terhadap panjang bayi dan asupan pada saat kehamilan akan berpengaruh terhadap kesehatan anak di masa yang akan datang.

Dalam penelitian ini disimpulkan bahwa ada hubungan antara asupan protein dengan status gizi pada ibu hamil, Hal ini dapat terjadi karena berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan dengan Ibu hamil KEK maupun Tidak KEK di Wilayah Kerja Puskesmas Punggaluku melalui kuesioner Formulir Recall 2x24 jam secara berturut-turut didapatkan bahwa sebagian besar Ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Punggaluku memiliki tingkat konsumsi protein yang kurang yaitu 18 orang sampel dengan tingkat asupan protein kategori cukup Sebagian besar (66,7%) memiliki status gizi normal, dan dari 22 orang sampel dengan tingkat asupan protein kategori kurang Sebagian besar (77,3%) memiliki status gizi

kategori KEK.. Hal ini disebabkan karena berdasarkan kuesioner hasil formulir recall 2x24 jam yang telah dilakukan ibu hamil memang mengonsumsi lauk hewani seperti ikan itu tidak terlalu sering karena banyak dari masyarakat contohnya didesa torobulu hasil tangkapan ikan yang mereka dapatkan itu langsung dibawah ke pembeli sehingga pendapatan keluarga kebanyakan dari hasil penangkapan ikan, dan banyak juga dari masyarakat yang belum memahami pentingnya asupan protein untuk ibu hamil.

Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi Dengan Status Gizi Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Punggaluku

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil yang tingkat pengetahuan gizi tergolong kurang mengalami KEK. Hal ini Berdasarkan hasil analisis Chi-square, hubungan tingkat pengetahuan gizi dengan status gizi pada ibu hamil secara statistic $P = 0,002$. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan gizi dengan status gizi ibu hamil. Hal ini sesuai dengan penelitian (Metasari & Kasmiasi, 2020) menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan dengan status gizi ibu hamil, perilaku ibu hamil dalam pemenuhan gizi ditentukan oleh seberapa besar pengetahuan yang dimiliki.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sagitarini, et al., 2021) menyatakan bahwa adanya hubungan antara pengetahuan gizi ibu hamil dengan status gizi dikarenakan pengetahuan individu sangat mempengaruhi perilaku sehatnya setiap hari. Ibu hamil yang memiliki

pengetahuan yang baik tentang kebutuhan gizi, maka akan melakukan perilaku yang sehat seperti rajin mengonsumsi 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.

(Fithria, 2023) menegaskan bahwa Tingkah laku setiap individu, khususnya perilaku kesehatannya, sangat dipengaruhi oleh tingkat pengetahuannya. Kebiasaan konsumsi makanan akan dipengaruhi oleh pengetahuan tentang gizi dan kesehatan. Wanita hamil akan makan lebih banyak variasi makanan sebagai hasil dari peningkatan kesadaran mereka akan gizi dan kesehatan, yang akan membantu mereka memenuhi kebutuhan gizi dan menjaga kesehatan mereka. Wanita hamil yang kurang berpendidikan tidak akan bisa memberi makan anak mereka yang belum lahir dengan baik, yang menempatkan mereka pada risiko kekurangan gizi yang signifikan. Menurut temuan studi tersebut, mayoritas ibu hamil kurang mengetahui tentang gizi. Untuk pengetahuan ibu termasuk dalam kategori “cukup” karena ibu sering mencari informasi tentang gizi yang sesuai dengan usia kehamilannya dari lingkungan sekitarnya dan internet. Ibu masuk dalam kategori kurang

karena senang dengan informasi gizi yang sudah dimiliki dan tidak ada keinginan untuk belajar lebih banyak. Oleh karena itu, diharapkan ibu hamil lebih banyak belajar tentang nutrisi kehamilan untuk meningkatkan pemahaman gizi mereka.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Terdapat 17 orang (42,5%) Ibu hamil yang tingkat asupan energinya cukup dan 23 orang (57,5%) Ibu hamil yang memiliki tingkat asupan energi yang kurang.
2. Terdapat 18 orang (45%) Ibu hamil yang tingkat asupan proteinya cukup dan 22 orang (55%) Ibu hamil yang memiliki tingkat asupan protein yang kurang.
3. Terdapat 18 orang sampel (45%) Ibu hamil yang tingkat pengetahuannya cukup dan 22 orang sampel (55%) Ibu hamil yang tingkat pengetahuannya kurang.
4. Terdapat 23 orang (57,5%) Ibu hamil status gizi KEK dan 17 orang (42,5%) Ibu hamil yang mengalami status gizi Normal..
5. Ada hubungan Asupan Energi ($p=0,002$) dengan status gizi pada ibu hamil
6. Ada hubungan Asupan Protein ($p=0,005$) dengan status gizi pada ibu hamil
7. Ada hubungan antara Tingkat Pengetahuan ($p=0,002$) dengan Status Gizi Pada Ibu Hamil

SARAN

1. Bagi Ibu Hamil

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan diharapkan ibu hamil

dapat meningkatkan konsumsi energi dan protein sebagai sumber zat gizi guna mencapai status gizi yang normal.

2. Bagi Peneliti Lainnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan variabel penelitian dan mencari factor-faktor yang berhubungan langsung dengan status gizi pada ibu hamil dan perlu juga untuk melakukan penyuluhan kepada sampel seperti menggunakan video dan poster untuk menambah pengetahuan masyarakat khususnya pada ibu hamil.

DAFTAR PUSTAKA

- AKG. (2019). Angka Kecukupan Gizi.
- Anggerika N. N. Yayu. (2015). Kebutuhan Gizi Pada Ibu Hamil
- Azizah, A., & Adriani, M. (2017). Trimester Pertama Dan Kejadian Kekurangan Energi.
- Anggoro, S. (2020). Hubungan Pola Makan (Karbohidrat dan Protein) Dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronik pada Ibu Hamil di Puskesmas Pajangan Bantul Yogyakarta Relationship between Eating Patterns (Carbohydrate and Protein) with Chronic Energy Lack of Pregnant Women at Pus. *Nutriology Jurnal*, 1(2), 42–48. <https://journal.universitاسbumigora.ac.id/index.php/nutroilogy/article/view/840>
- Anggoro, S. (2020). Hubungan Pola Makan (Karbohidrat dan Protein) Dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronik pada Ibu Hamil di Puskesmas Pajangan Bantul Yogyakarta Relationship between Eating Patterns (Carbohydrate and Protein) with Chronic Energy Lack of Pregnant

- Women at Pus. *Nutriology Jurnal*, 1(2), 42–48.
<https://journal.universitاسbumigora.ac.id/index.php/nutroilogy/article/view/840>
- Aulia, I., Verawati, B., Dhilon, D. A., & Yanto, N. (2020). Hubungan Pengetahuan Gizi, Ketersediaan Pangan dan Asupan Makan Dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronis Pada Ibu Hamil. *Jurnal Doppler*, 4(2), 106–111.
- Dictara, A. A., Angraini, D. I., Mayasari, D., & Karyus, A. (2020). Hubungan Asupan Makan dengan Kejadian Kurang Energi Kronis (KEK) pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Sukaraja Kota Bandar Lampung. *Majority*, 9(2), 1–6.
- Ernawati. (2018). Hubungan Usia dan Status Pekerjaan Ibu Dengan Kejadian Kurang Energi Kronis Pada Ibu Hamil. *Jurnal Litbang*, XIV(1), 27–37.
- Fithria, F. R. (2023). *KERJA PUSKESMAS MAROBO KECAMATAN MAROBO KABUPATEN MUNA TAHUN 2023*. 4, 149–153.
- Fitriah, A. H., Supariasa, I. D. N., Riyadi, D. B., & Bakri, B. (2018). Buku Praktis Gizi Ibu Hamil. *Media Nusa Creative*, 74.
- Fitrianingtyas, I., Pertiwi, F. D., & Rachmania, W. (2018). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Kurang Energi Kronis (Kek) Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Warung Jambu Kota Bogor. *Hearty*, 6(2).
<https://doi.org/10.32832/hearty.v6i2.1275>
- Goni, A. P. G., Laoh, J. M., & Pangemanan, D. H. C. (2013). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil dengan Status Gizi Selama Kehamilan di Puskesmas Bahu Kota Manado. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 1(1), 1–7.
<https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/2161>
- Gotri Marsedi S, Laksmi Widajanti, R. A. (2017). Hubungan Sosial Ekonomi Dan Asupan Zat Gizi Dengan Kejadian Kurang Energi Kronis (KEK) Pada Ibu Hamil Di Wilayah Puskesmas Sei Jang Kecamatan Bukit Bestari Kota Tanjung Pinang Tahun 2016. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(3), 138–147.
<http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/jkm>
- Hani, U., & Rosida, L. (2018). Gambaran Umur dan Paritas Pada Kejadian KEK. *Journal of Health Studies*, 2(1), 104–110.
- Kemenkes RI. (2015). Profil Indonesia Tahun 2015. In *Kementerian Kesehatan RI* (Vol. 3, Issue April).
- Lia Idealistiana, I. herawati. (2020). Kekurangan Energi Kronis Pada Ibu Hamil Trimester I Berdasarkan Usia dan Graviditas. *Jurnal Kesehatan Primer*, 5(1), 18–25.
- Mahmudah, A., & Sigit, B. (2015). Hubungan Antara Asupan Energi dan Protein Dengan Status Gizi Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Bergas Kabupaten Semarang. *Riset Gizi*, 3(2), 52–56.
- Metasari, A. R., & Kasmianti, K. (2020). Pengetahuan Dan Status Ekonomi Berhubungan Terhadap Status Gizi Ibu

- Hamil Di Puskesmas Watampone. *Jurnal JKFT*, 5(2), 1. <https://doi.org/10.31000/jkft.v5i2.3916>
- Pastuty, R., KM, R., & Herawati, T. (2018). Efektifitas Program Pemberian Makanan Tambahan-Pemulihan Pada Ibu Hamil Kurang Energi Kronik Di Kota Palembang. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 9(3), 179–188. <https://doi.org/10.26553/jikm.v9i3.310>
- Renjani, R. S., & Misra, M. (2017). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Krueng Barona Jaya Kabupaten Aceh Besar. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 3(2), 254. <https://doi.org/10.33143/jhtm.v3i2.416>
- Sagitarini, et al., 2021. (2021). Hubungan Pengetahuan Tentang Gizi Dengan Status Gizi Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas II Denpasar Selatan. *Gizi*, 07(02), 93–103.
- Sari, W. kurnia, & Deltu, S. nova. (2019). Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi, Anemia, dan Tingkat Konsumsi Makanan dengan Kejadian KEK Pada Ibu Hamil di Desa Muara Madras Kabupaten Merangin Jambi. *Jurnal Kesehatan Lentera 'Aisyiyah*, 4(1), 434–439.
- Sjahriani, T. (2017). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kekurangan Energi Kronis (Kek) Pada Ibu Hamil Di Posyandu Wilayah Kerja Puskesmas Kutabumi Desa Kutabumi Kecamatan Pasar Kemis Kabupaten Tangerang Tahun 2014. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, 4(3), 1–12. <http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/kesehatan/article/view/1310/1035>
- Sumiaty, & Restu, S. (2016). Penelitian Kurang Energi Kronis (Kek) Ibu Hamil Dengan Bayi. *Journal Husada Mahakam*, IV(3), 162–170.