

## HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN IBU DENGAN PERILAKU PEMENUHAN KEBUTUHAN NUTRISI SELAMA KEHAMILAN

Anis Nurhidayati<sup>1</sup>, Ernawati<sup>2</sup>

1,2 Prodi DIII Kebidanan, STIKes Kusuma Husada Surakarta

abila\_salsa@yahoo.com

### ABSTRAK

Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya perilaku atau tindakan seseorang (*overt behavior*). Apabila perubahan perilaku didasari dengan pengetahuan dan sikap yang positif maka akan menyebabkan langgengnya perilaku (*long lasting*). Pemenuhan kebutuhan nutrisi pada ibu hamil berkaitan erat dengan tinggi rendahnya pengetahuan ibu tentang nutrisi pada saat hamil. Ibu hamil dengan pengetahuan gizi baik diharapkan dapat memilih asupan makanan yang bernilai gizi baik dan seimbang bagi dirinya sendiri, janin dan keluarga. Pengetahuan gizi yang baik dapat membantu seseorang belajar bagaimana menyimpan, mengolah serta menggunakan bahan makanan yang berkualitas untuk dikonsumsi. Pengetahuan yang kurang menyebabkan bahan makanan bergizi yang tersedia tidak dikonsumsi secara optimal. Metode penelitian adalah survey analitik dengan pendekatan *cross sectional study*, di BPS Mitra Ibu Sragen selama 6 bulan. Populasi penelitian adalah 30 ibu hamil dengan teknik *sampling quota sample*. Instrumen penelitian adalah kuesioner. Teknik analisis data adalah *Spearman's Rho* dengan tingkat kepercayaan 95% atau  $\alpha = 5\%$ . Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu hamil yang memiliki pengetahuan baik dengan perilaku pemenuhan nutrisi baik sebanyak 2 orang (6.67%), cukup 7 orang (23.33%) dan kurang 1 orang (3.33%). Ibu hamil yang memiliki pengetahuan cukup dengan perilaku pemenuhan nutrisi baik sebanyak 1 orang (3.33%), cukup 13 orang (43.33%) dan kurang 1 orang (3.33%). Ibu hamil yang memiliki pengetahuan kurang dengan perilaku pemenuhan nutrisi baik sebanyak 1 orang (3.33%), cukup 3 orang (10.00%) dan kurang 1 orang (3.33%). Berdasarkan hasil analisis *Spearman's Rho* dengan tingkat kepercayaan 5% diperoleh nilai  $p$  hitung  $0.146 < p$  tabel  $0.364$  dan  $p$ -value  $0.442 > 0,05$ . Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara tingkat pengetahuan ibu dengan perilaku pemenuhan kebutuhan nutrisi selama kehamilan.

*Kata Kunci:* tingkat pengetahuan, perilaku, nutrisi, kehamilan

### ABSTRACT

Cognitive is very important domain knowledge for the formation of a person's behavior or actions (*overt behavior*). If the behavior changes based on the knowledge and a positive attitude will lead to the perpetuation of behavior (*long lasting*). Meeting the needs of nutrition in pregnant women is closely related to the level of knowledge of mothers about nutrition during pregnancy. Pregnant women with the knowledge of good nutrition is expected to choose the food intake of good nutritional value and balance for himself, fetus and family. Knowledge of good nutrition can help a person learn how to store, process and use a quality foodstuffs for consumption. The knowledge that they cause less nutritious food available is not optimally consumed. The research method is analytic survey with *cross sectional approach*, in BPS Mitra Ibu Sragen for 6 months. The study population was 30 pregnant

women with quota sampling technique sample. The research instrument was a questionnaire. The data analysis technique is Spearman's Rho with a confidence level of 95% or  $\alpha = 5\%$ . The results showed that pregnant women who have a good knowledge of nutrition with good behavior as much as 2 (6.67%), just 7 people (23.33%) and less than 1 (3.33%). Pregnant women who have sufficient knowledge of nutrition with good behavior as much as 1 (3.33%), just 13 people (43.33%) and less than 1 (3.33%). Pregnant women who have less knowledge of nutrition with good behavior as much as 1 (3.33%), just 3 votes (10.00%) and less than 1 (3.33%). Based on the analysis of Spearman's Rho with a confidence level of 5% calculated  $p$  values obtained  $0.146 <p \text{ table and the } p\text{-value } 0.364 \text{ } 0.442 > 0.05$ . This shows that there is no relationship between the level of knowledge of mothers with behavioral fulfilling nutritional needs during pregnancy.

*Keywords: level of knowledge, behavior, nutrition, pregnancy*

## 1. PENDAHULUAN

Masa kehamilan merupakan masa yang sangat menentukan kualitas sumber daya manusia dan masa depan, karena tumbuh kembang anak sangat ditentukan kondisinya dimasa janin dalam kandungan. Salah satu faktor yang mempengaruhi kesehatan ibu adalah keadaan gizi ibu selama kehamilan (Depkes RI, 2007). Persiapan yang dilakukan saat hamil adalah menjaga asupan nutrisi yang bagus untuk ibu dan bayi yang ada didalam kandungan, karena selama kehamilan, janin di dalam tubuh ibu berkembang dengan pesat. Perkembangan janin sangat dipengaruhi oleh kecukupan zat gizi ibu. Saat gizi kurang, pertumbuhan janin dapat terganggu (Miyata dan Proverawati, 2010). Status gizi ibu hamil yang baik, maka janin yang dikandungnya akan baik dan kesehatan ibu sewaktu melahirkan akan terjamin. Sebaliknya jika keadaan kesehatan dan status gizi ibu hamil kurang baik, maka akan berakibat janin lahir mati (*perenatal death*) dan bayi lahir dengan berat badan kurang dari normal (*low birth weight*) yang dikenal dengan istilah Berat Badan Lahir Rendah (Waryana, 2010).

Nutrisi seimbang pada ibu hamil sangat diperlukan terutama pada ibu hamil trimester I kualitas diit pada masa ini sangat penting, karena 2 minggu setelah pembuahan terjadi, sel telur yang telah dibuahi menempel pada endometrium, kemudian terjadi pembelahan sel dengan cepat, terjadi pembentukan plasenta dan pertumbuhan janin didalam kandungan, sehingga kebutuhan nutrisi ibu hamil sangat diperlukan. Ibu hamil juga mengalami perubahan fisiologis seperti ngidam, mual, muntah, sehingga dapat menyebabkan

nafsu makan menurun dan berakibat asupan nutrisi pada ibu hamil kurang (Kristiyanasari, 2010).

Pemenuhan kebutuhan nutrisi pada ibu hamil berkaitan erat dengan tinggi rendahnya pengetahuan ibu tentang nutrisi pada saat hamil. Tingkat pengetahuan gizi ibu adalah kemampuan seorang ibu dalam memahami konsep dan prinsip serta informasi yang berhubungan dengan gizi. Tingkat pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh pengalaman, faktor pendidikan, lingkungan, sosial, sarana dan prasarana maupun derajat penyuluhan yang diperoleh (Kismoyo, 2005). Pengetahuan gizi merupakan pengetahuan tentang hubungan konsumsi makanan dengan kesehatan tubuh. Ibu hamil dengan pengetahuan gizi baik diharapkan dapat memilih asupan makanan yang bernilai gizi baik dan seimbang bagi dirinya sendiri, janin dan keluarga. Pengetahuan gizi yang baik dapat membantu seseorang belajar bagaimana menyimpan, mengolah serta menggunakan bahan makanan yang berkualitas untuk dikonsumsi (Wahyuni, 2008). Pengetahuan yang kurang menyebabkan bahan makan bergizi yang tersedia tidak dikonsumsi secara optimal.

## 2. PELAKSANAAN

- a. Lokasi dan Waktu Penelitian  
Penelitian ini dilakukan di BPS Mitra Ibu Sragen selama 6 bulan.
- b. Populasi dan sampel penelitian  
Populasi target dalam penelitian ini adalah 30 ibu hamil yang memeriksakan kehamilannya di BPS Mitra Ibu Sragen.

### 3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian *survey analitik* dengan pendekatan *cross sectional study*.

Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *quota sample*. Instrumen penelitian yang peneliti gunakan di dalam penelitian ini adalah kuesioner untuk mengetahui pengetahuan dan perilaku pemenuhan kebutuhan nutrisi selama kehamilan.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah pengetahuan ibu tentang nutrisi dan variabel dependen dalam penelitian ini adalah perilaku pemenuhan kebutuhan nutrisi selama kehamilan.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Spearman's Rho* dengan tingkat kepercayaan 95% atau  $\alpha = 5\%$ .

Pengujian statistik dalam analisis ini diolah dengan computer menggunakan program SPSS (*statistical product and service solution*) versi 17.

### 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Nilai Statistik

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pengetahuan Bumil tentang Nutrisi	30	15.00	27.00	21.5333	3.35007
Perilaku Pemenuhan Nutrisi	30	9.00	20.00	14.2333	2.41666

Tabel 1 menunjukkan bahwa nilai rata – rata pengetahuan ibu hamil tentang nutrisi adalah 21,53 dengan nilai maksimum 27 dan minimum 15 dan standar deviasi 3,35. Perilaku pemenuhan nutrisi rata – rata pada ibu hamil adalah 14,23 dengan nilai maksimum 20 dan nilai minimum 9 dan standar deviasi 2,41.

Berdasarkan data tersebut dapat diketahui distribusi frekuensi pengetahuan ibu hamil tentang nutrisi dan perilaku pemenuhan nutrisi pada ibu hamil seperti pada tabel dibawah ini:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Nutrisi

Pengetahuan	Jumlah	%
Baik	10	33,33
Cukup	15	50
Kurang	5	16,67
Jumlah	30	100

Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 30 ibu hamil yang mempunyai pengetahuan baik sebanyak 10 orang (33,33 %), pengetahuan cukup sebesar 15 orang (50%) dan pengetahuan kurang sebanyak 5 orang (16,67%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Perilaku Pemenuhan Nutrisi Pada Ibu Hamil

Pengetahuan	Jumlah	%
Baik	4	13,33
Cukup	23	76,67
Kurang	3	10
Jumlah	30	100

Tabel 3 menunjukkan bahwa dari 30 ibu hamil yang mempunyai perilaku baik sebanyak 4 orang (13,33 %), perilaku cukup sebesar 23 orang (76,67%) dan perilaku kurang sebanyak 3 orang (10%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Dengan Perilaku Pemenuhan Nutrisi Pada Ibu Hamil

Pengetahuan	Perilaku						Jumlah	
	Baik		Cukup		Kurang		n	%
	n	%	n	%	n	%	n	%
Baik	2	6.67	7	23.33	1	3.33	10	33.33
Cukup	1	3.33	13	43.33	1	3.33	15	50.00
Kurang	1	3.33	3	10.00	1	3.33	5	16.67
Jumlah	4	13.33	23	76.66	3	9.99	30	100

Tabel 4 menunjukkan bahwa ibu hamil yang memiliki pengetahuan baik dengan perilaku pemenuhan nutrisi baik sebanyak 2 orang (6.67%), cukup 7 orang (23.33%) dan kurang 1 orang (3.33%). Ibu hamil yang memiliki pengetahuan cukup dengan perilaku pemenuhan nutrisi baik sebanyak 1 orang (3.33%), cukup 13 orang (43.33%) dan kurang 1 orang (3.33%). Ibu hamil yang memiliki pengetahuan kurang dengan perilaku pemenuhan nutrisi baik sebanyak 1 orang (3.33%), cukup 3 orang (10.00%) dan kurang 1 orang (3.33%).

Pengetahuan merupakan hasil tahu dari manusia terhadap sesuatu, atau segala perbuatan manusia untuk memahami suatu objek tertentu. Pengetahuan dapat berwujud barang-barang baik lewat indera maupun lewat akal, dapat pula objek

yang dipahami oleh manusia berbentuk ideal atau yang bersangkutan dengan masalah kejiwaan (Notoatmodjo, 2010).

Tingkat pengetahuan tentang gizi adalah kemampuan seorang ibu dalam memahami konsep dan prinsip serta informasi yang berhubungan dengan gizi. Tingkat pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh pengalaman, faktor pendidikan, lingkungan, sosial, sarana dan prasarana maupun derajat penyuluhan yang diperoleh (Kismoyo, 2005).

Pengetahuan gizi merupakan pengetahuan tentang hubungan konsumsi makanan dengan kesehatan tubuh. Ibu hamil dengan pengetahuan gizi baik diharapkan dapat memilih asupan makanan yang bernilai gizi baik dan seimbang bagi dirinya sendiri, janin, dan keluarga. Pengetahuan gizi yang baik dapat membantu seseorang belajar bagaimana menyimpan, mengolah serta menggunakan bahan makanan yang berkualitas untuk dikonsumsi (Wahyuni, 2008). Pengetahuan yang kurang menyebabkan bahan makanan bergizi yang tersedia tidak dikonsumsi secara optimal.

Nutrisi untuk ibu hamil sangat bermanfaat untuk mendukung proses pertumbuhan organ dan pendukung proses kehamilan, proses metabolisme zat gizi dan mendukung kondisi fetus dan neonatus (Proverawati dan wati, 2011). Peningkatan energi dan zat gizi tersebut diperlukan untuk tumbuh kembang janin, penambahan besarnya organ kandungan, perubahan komposisi dan metabolisme tubuh ibu. Sehingga kekurangan zat gizi tertentu yang diperlukan saat hamil dapat menyebabkan janin tumbuh tidak sempurna (Waryana, 2010).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu hamil yang memiliki pengetahuan baik dengan perilaku pemenuhan nutrisi baik sebanyak 2 orang (6.67%), cukup 7 orang (23.33%) dan kurang 1 orang (3.33%). Ibu hamil yang memiliki pengetahuan cukup dengan perilaku pemenuhan nutrisi baik sebanyak 1 orang (3.33%), cukup 13 orang (43.33%) dan kurang 1 orang (3.33%). Ibu hamil yang memiliki pengetahuan kurang dengan perilaku pemenuhan nutrisi baik sebanyak 1 orang (3.33%), cukup 3 orang (10.00%) dan kurang 1 orang (3.33%). Berdasarkan hasil analisis Spearman's Rho dengan tingkat kepercayaan 5%

diperoleh nilai  $p$  hitung  $0.146 < p$  tabel  $0.364$  dan  $p$ -value  $0.442 > 0,05$ . Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara tingkat pengetahuan ibu dengan perilaku pemenuhan kebutuhan nutrisi selama kehamilan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Zuhana, dkk (2005) menyimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku dimana dalam penelitian tersebut diperoleh nilai  $p$  sebesar  $0,502 (>0,05)$ . Penelitian yang dilakukan oleh Fajar dan Misnaniarti (2010) diperoleh nilai  $p$  sebesar  $0,615 (>0,05)$  yang artinya tidak ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku. Penelitian yang dilakukan oleh Puriantini (2010) juga diperoleh nilai  $p$  sebesar  $0,185 (>0,05)$  yang berarti bahwa tidak ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku.

Secara teori, pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya perilaku atau tindakan seseorang (overt behavior) (Notoatmodjo, 2007). Apabila perubahan perilaku didasari dengan pengetahuan dan sikap yang positif maka akan menyebabkan langgengnya perilaku (long lasting) (Notoatmodjo, 2007). Teori tersebut mengandung makna apabila perilaku seseorang tidak didasari dengan pengetahuan dan kesadaran, maka kemungkinan bisa mendorong terciptanya perilaku yang tidak berlangsung lama. Upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan untuk menciptakan perilaku 'langgeng' pada ibu hamil yaitu dengan memberikan penyuluhan tentang nutrisi atau gizi pada ibu hamil baik secara langsung maupun tidak langsung secara rutin dan berkesinambungan dengan menggunakan media yang komunikatif sesuai dengan kemampuan pemahaman ibu hamil. Pemberian informasi tersebut dengan memberikan bukti dan contoh nyata tentang nutrisi ibu hamil agar informasi yang disampaikan lebih mengena sehingga ibu hamil menyadari dan berperilaku tanpa ada paksaan dalam mengartikan pesan yang terkandung dalam penyuluhan.

#### **Analisis Data Penelitian**

Skala data yang digunakan dalam penelitian ini adalah ordinal - ordinal, maka uji statistik yang digunakan adalah *Spearman's Rho* dengan

tingkat kepercayaan 95% atau  $\alpha = 5\%$  atau 0,05. Hasil analisis data penelitian dapat dilihat pada tabel dibawah ini

Tabel 5. Hasil Analisis Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Perilaku Pemenuhan Nutrisi Pada Ibu Hamil

		Pengetahuan ibu hamil	Perilaku Pemenuhan Nutrisi
Pengetahuan ibu hamil	Correlation Coefficient	1.000	.146
	Sig. (2-tailed)	.	.442
	N	30	30
Perilaku Pemenuhan Nutrisi	Correlation Coefficient	.146	1.000
	Sig. (2-tailed)	.442	.
	N	30	30

Berdasarkan hasil analisis pada tabel 5 diperoleh nilai p hitung  $0.146 < p$  tabel  $0.364$  dan p-value  $0.442 > 0,05$ . Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara tingkat pengetahuan ibu dengan perilaku pemenuhan kebutuhan nutrisi selama kehamilan.

## 5. KESIMPULAN

- Ibu hamil yang memiliki pengetahuan baik dengan perilaku pemenuhan nutrisi baik sebanyak 2 orang (6.67%), cukup 7 orang (23.33%) dan kurang 1 orang (3.33%).
- Ibu hamil yang memiliki pengetahuan cukup dengan perilaku pemenuhan nutrisi baik sebanyak 1 orang (3.33%), cukup 13 orang (43.33%) dan kurang 1 orang (3.33%).
- Ibu hamil yang memiliki pengetahuan kurang dengan perilaku pemenuhan nutrisi baik sebanyak 1 orang (3.33%), cukup 3 orang (10.00%) dan kurang 1 orang (3.33%).
- Berdasarkan hasil analisis Spearman's Rho dengan tingkat kepercayaan 5% diperoleh nilai p hitung  $0.146 < p$  tabel  $0.364$  dan p-value  $0.442 > 0,05$ . Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara tingkat pengetahuan ibu dengan perilaku pemenuhan kebutuhan nutrisi selama kehamilan.

## 6. REFERENSI

Arikunto, S, 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Edisi Revisi V. Jakarta: Rineka Cipta

- , 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Ayuanita, Mahardika, A. 2012. *Pantang-pantang Ibu Hamil Hal-Hal yang Tidak Boleh dan Boleh Dilakukan Ibu Hamil*. Yogyakarta: Araska
- Campbell, S, Machonochie. 2006. *Kehamilan Hari Demi Hari*. Jakarta: PT Gelora Aksara Pratama
- Depkes, RI, 2007. *Pengertian Kehamilan*. (online) <http://www.Depkes RI. co.id. html>. Diakses tanggal 14 Maret 2012
- Dinkes, 2011. Target MDGs Bidang Kesehatan. <http://www.1456-depkes-target-mdgs-bidang-kesehatan.html>. Diakses 23 Februari 2012
- Hidayat, A, A. 2010. *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisa Data*. Jakarta : Salemba Medika
- Kristiyanasari, W. 2010. *Gizi Ibu Hamil*. Yogyakarta: Nuamedika
- Miyata, S, M, I, Proverawati, A. 2010. *Nutrisi Janin dan Ibu Hamil*. Yogyakarta: NuhaMedika.
- Notoatmodjo, S,2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Prawiroharjo, S. 2006. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Bina Yayasan Pustaka
- Proverawati, A, Wati, E, K. 2011. *Ilmu Gizi untuk Keperawatan dan Gizi Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha medika
- Riwidikdo, H. 2010. *Statistik untuk Penelitian Kesehatan dengan Aplikasi Program R dan SPSS*. Yogyakarta: Pustaka Rihama
- Saifuddin, A. B. 2006. *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Waryana. 2010. *Gizi Reproduksi*. Yogyakarta: Pustaka Rihama
- Wiknjosastro, 2005. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo