



**HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU TENTANG GIZI DAN STATUS GIZI DENGAN HEMOGLOBIN IBU HAMIL SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN STUNTING DI KOTA MEDAN**

**Juliandi Harahap, Lita Sri Andayani, Nenni Dwi Aprianti Lubis, Dina Keumala Sari, Rina Amelia**

Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara,  
Email: juliandi@usu.ac.id, lita.sri@usu.ac.id<sup>2</sup>, nenni@usu.ac.id<sup>3</sup>, [dina@usu.ac.id](mailto:dina@usu.ac.id)<sup>3</sup>, rina2@usu.ac.id<sup>1\*</sup>

**ABSTRAK**

Pada masa kehamilan gizi ibu hamil harus memenuhi kebutuhan gizi untuk dirinya dan untuk pertumbuhan serta perkembangan janin. Pengetahuan ibu hamil tentang gizi dan kebutuhan gizi selama proses kehamilan. Kekurangan gizi saat hamil dapat menyebabkan berbagai risiko komplikasi pada ibu hamil, seperti anemia, pendarahan, berat badan ibu tidak bertambah secara normal, dan juga resiko melahirkan bayi dengan masalah gizi yang menjadi faktor resiko kejadian stunting di masa mendatang. Tujuan penelitian adalah untuk menganalisis Hubungan Pengetahuan ibu hamil tentang gizi wanita hamil dan status gizi dengan hb ibu hamil di Kota Medan. Desain penelitian adalah analitik dengan pendekatan cross sectional. Populasi penelitian adalah ibu hamil yang berada di beberapa wilayah di Kota Medan dengan jumlah sampel sebanyak 157 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan consecutive sampling yaitu yang memenuhi kriteri inklusi dan eklusi. Penentuan pengetahuan menggunakan instrument tingkat pengetahuan ibu hamil tentang gizi, untuk penilaian status gizi yaitu dengan antropometri berdasarkan Berat badan dan Tinggi badan pasien, untuk pemeriksaan hb menggunakan instrumen pemeriksaan hb portable. Analisis data menggunakan Uji Chi square dengan menggunakan SPSS. Pengetahuan Ibu hamil tentang gizi wanita hamil adalah baik sebanyak 112 orang (71.3%), 22 orang ibu hamil yang mengalami anemi (14,0%), status gizi ibu hamil mayoritas gizi normal sebanyak 80 orang (59.3%). Hasil Uji chi square menyatakan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan ibu hamil dengan Hb ibu ( $p < 0.05$ ), tidak terdapat hubungan antara status gizi dengan anemi pada ibu hamil ( $p > 0.05$ )

**Kata kunci: Gizi; Status Gizi; Hemoglobin Ibu hamil**

**ABSTRACT**

*During pregnancy, pregnant women must meet nutritional needs for themselves and for the growth and development of the fetus. Knowledge of pregnant women about nutrition and nutritional needs during pregnancy. Malnutrition during pregnancy can cause various risks of complications for pregnant women, such as anemia, bleeding, the mother's weight does not increase normally, and also the risk of giving birth to a baby with nutritional problems which is a risk factor for stunting in the future. The aim of the study was to analyze the relationship between the knowledge of pregnant women about the nutrition of pregnant women and their nutritional status and the Hb of pregnant women in Medan City. The research design was analytic with a cross-sectional approach. The study population was pregnant women in several areas in Medan City with a total sample of 157 people. Sampling was carried out by consecutive sampling, namely those that met the inclusion and exclusion criteria. Determination of knowledge using an instrument on the level of knowledge of pregnant women about nutrition, for assessing nutritional status, namely by anthropometry based on the patient's weight and height, for Hb examination using a portable hb examination instrument. Data analysis used the Chi square test using SPSS. The results of the study: 112 pregnant women (71.3%) had good knowledge about the nutrition of pregnant women, 22 pregnant women who experienced anemia (14.0%), the nutritional status*

of the majority of pregnant women with normal nutrition were 80 people (59.3%). The results of the chi square test stated that there was a relationship between knowledge of pregnant women and maternal Hb ( $p < 0.05$ ), there was no relationship between nutritional status and anemia in pregnant women ( $p > 0.05$ )

**Keywords:** Nutrition; Nutritional status; Hemoglobin of pregnant women

## PENDAHULUAN

Pada masa kehamilan gizi ibu hamil harus memenuhi kebutuhan gizi untuk dirinya dan untuk pertumbuhan serta perkembangan janin. Pengetahuan ibu hamil tentang gizi dan kebutuhan gizi selama proses kehamilan. Kekurangan gizi saat hamil dapat menyebabkan berbagai risiko komplikasi pada ibu hamil, seperti anemia, pendarahan, berat badan ibu tidak bertambah secara normal, dan juga resiko melahirkan bayi dengan masalah gizi yang menjadi faktor resiko kejadian stunting di masa mendatang. Belum semua ibu hamil mempunyai pemahaman yang baik tentang gizi ibu hamil, hasil penelitian sebelumnya di Medan pengetahuan ibu hamil tentang gizi berada pada kategori cukup 66.0% (Partogi dkk, 2016), walaupun di beberapa penelitian yang lain diketahui pengetahaun ibu hamil sudah berada pada kategori yang baik (Ilmiani, 2021; Ramadani, 2017; Mamuroh, 2019; Puspitaningrum, 2017; Nurul, 2021).

Pengetahuan yang baik sangat berkaitan dengan status kesehatan ibu hamil, status kesehatan dapat dinilai dari berbagai parameter seperti status gizi dan hemoglobin (Hb) ibu hamil.

Penelitian sebelumnya menyebutkan bahwa terdapat hubungan pengetahuan ibu hamil tentang gizi dengan status gizi ibu hamil (Puspaningrum, 2017). Hubungan pengetahuan dengan status gizi ibu hamil. Pengetahuan ibu hamil juga berkaitan dengan kejadian anemia pada ibu, hal ini

sejalan dengan beberapa penelitian sebelumnya, semakin baik pengetahuan ibu maka semakin sehatlah kondisi si ibu dalam kehamilan, termasuk tidak mengalami anemia (Nurleli, 2016)(Yulis, 201)

Tujuan penelitian adalah untuk menganalisis Hubungan Pengetahuan ibu hamil tentang gizi wanita hamil dan status gizi dengan hb ibu hamil di Kota Medan.

## METODE PENELITIAN

Disain penelitian adalah analitik dengan pendekatan cross sectional. Populasi penelitian adalah ibu hamil yang berada di beberapa wilayah di Kota Medan dengan jumlah sampel sebanyak 157 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan consecutive sampling yaitu yang memenuhi kriteri inklusi dan eklusi. Kriteri inklusi adalah Ibu hamil yang bersedia ikut dalam penelitian yang berusia antara 20-40 tahun, sementara kriteria eklusi adalah ibu hamil dengan komplikasi kehamilan. Sumber data penelitian adalah data primer. Penentuan pengetahuan menggunakan instrument tingkat pengetahuan ibu hamil tentang gizi, untuk penilaian status gizi yaitu dengan antropometri berdasarkan Berat badan dan Tinggi badan pasien, untuk pemeriksaan hb menggunakan intrumen pemeriksaan hb portable. Analisis data menggunakan Uji Chi square dengan menggunakan SPSS.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

**Tabel 1. Karakteristik Ibu Hamil di Kota Medan**

Karakteristik	Jumlah (orang)	Persentase (%)
Umur		
<25	6	3.8
25-29	120	76.4
30-34	26	16.6
>35	5	3.2
Pendidikan		
SD	1	0.6
SMP	8	5.1
SMA	50	31.8
Sarjana	30	19.1

Karakteristik	Jumlah (orang)	Persentase (%)
<b>Pekerjaan</b>		
IRT	85	54.1
Swasta	40	25.5
PNS	10	6.4
Lain-lain	22	14.0
<b>Status Gizi</b>		
Gizi Kurang	3	1.9
Gizi Normal	93	59.2
Gizi Lebih	18	11.5
Obesitas	43	27.5

adalah SMA sebanyak 50 orang (31.8%), pekerjaan terbanyak adalah Ibu Rumah Tangga sebanyak 85 orang (54.1%), berdasarkan status gizi mayoritas normal gizi normal sebanyak 93 orang (59.2%).

Berdasarkan Tabel 1 diketahui mayoritas ibu hamil berusia 25-29 tahun sebanyak 120 (76.4%), dengan Pendidikan paling banyak

**Tabel 2. Tabulasi Jawaban Pertanyaan Pengetahuan tentang Gizi Wanita Hamil**

No	Pertanyaan	Benar		Salah	
		n	%	n	%
1	Porsi makan ibu ketika hamil sebaiknya lebih banyak dibandingkan ketika tidak hamil	109	69.4	48	30.6
2	Kecukupan gizi (kesehatan) ibu ketika hamil akan berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak	102	65.0	55	35.0
3	Bila selama hamil ibu mengalami anemia (kurang darah) dapat mengakibatkan berat badan lahir bayi rendah	149	94.9	8	5.1
4	Seorang ibu yang kekurangan gizi selama masa kehamilan maka bayi yang dikandungnya tidak akan menderita kekurangan gizi	124	79	33	21.0
5	Makanan bergizi hanya terdiri dari nasi dan sayur	111	70.7	46	29.3
6	Kekurangan asupan protein tidak berdampak buruk bagi janin dalam kandungan	117	74.5	40	25.5
7	Kekurangan asupan vitamin dan mineral tidak mempengaruhi pertumbuhan janin dalam kandungan	120	76.4	37	23.6
8	Kebutuhan energi trimester III diperlukan untuk pertumbuhan janin dan plasenta	142	90.6	15	9.5
9	Ibu hamil tidak harus mengonsumsi garam yang beriodium	115	73.2	42	26.8
10	Ibu hamil harus membatasi makanan kemasan dan makanan siap saji	153	97.5	4	2.5
11	Manfaat makanan bergizi untuk Ibu hamil adalah	153	97.5	4	2.5
12	Makanan apa yang mengandung tinggi zat besi?	125	79.6	32	20.4
13	Sayuran apa yang mengandung tinggi zat besi?	147	93.6	10	6.4
14	Kurangnya asupan makanan yang mengandung zat besi dapat menyebabkan?	51	32.5	106	67.5
15	Bagi Ibu yang sedang hamil atau menyusui dianjurkan untuk minum susu, sebab susu mengandung	129	82.2	28	17.8

**Tabel 3. Pengetahuan Ibu Hamil**

No	Pengetahuan	Jumlah (orang)	Persentase (%)
1	Baik	112	71.3
2	Kurang	45	28.7

orang (28.7%).

Berdasarkan Tabel 3 diketahui tingkat pengetahuan Ibu hamil tentang gizi wanita hamil adalah baik sebanyak 112 orang (71.3%), sementara pengetahuan kurang sebanyak 45

**Tabel 4 Hubungan Pengetahuan dengan Hb Ibu Hamil**

Pengetahuan	Hb				p- value
	Normal	%	Anemi	%	
Baik	108	80	4	18.2	0.03
Kurang	27	20	18	81.2	

Hasil Tabel 4 diketahui 108 orang (80%) ibu dengan status gizi baik mempunyai hb yang normal, sementara 18 orang (81.2%) gizi kurang yang mengalami anemia. Hasil Uji chi square

menyatakan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan ibu hamil dengan Hb ibu ( $p < 0.05$ ).

**Tabel 5 Hubungan Status Gizi dengan Hb Ibu Hamil**

Status Gizi	Hb				p-value
	Normal	Persentase (%)	Anemi	Persentase (%)	
Gizi Kurang	2	1.5	1	4.5	0.51
Gizi Normal	80	59.3	13	59.1	
Gizi Lebih	17	12.6	1	4.5	
Obesitas	36	26.7	7	31.9	

Berdasarkan Tabel 5 diketahui 80 orang (59.3%) status gizi normal mempunyai hb yang normal, 36 orang (26.7%) ibu hamil dengan obesitas mempunyai hb normal, sementara 13 orang (59.1%) ibu hamil dengan gizi normal mengalami anemi, hasil uji chi square diketahui tidak terdapat hubungan antara status gizi dengan anemia pada ibu hamil ( $p > 0.05$ ).

## Pembahasan

Hasil penelitian menyatakan bahwa pengetahuan ibu hamil tentang gizi ibu hamil adalah baik, hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian lain yang juga mendapatkan hasil yang sama (Ilmiani, 2020; Ramadani, 2017). Namun hasil penelitian yang dilakukan oleh Hidayati (2021), mendapatkan pengetahuan yang cukup. mendapatkan pengetahuan ibu berada dalam kategori yang cukup. Hasil penelitian ini dikuatkan dengan hasil penelitian Wahyuni (2008) bahwa ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan status gizi ibu hamil. Pada dasarnya pemberian pengetahuan tentang status gizi ibu hamil adalah bagian

Pengetahuan ibu hamil tentang gizi mempunyai peranan yang penting dalam pemenuhan gizi ibu. Pengetahuan ibu hamil tentang gizi di pengaruhi oleh beberapa

faktor yaitu pengalaman, pendidikan dan umur. Kurangnya pengetahuan ibu hamil terhadap manfaat gizi dapat menyebabkan terjadinya anemia dan berbagai komplikasi lainnya (Mamuroh, 2019)

Berdasarkan penelitian Ilmiani (2019) disimpulkan bahwa terdapat hubungan pengetahuan gizi ibu hamil terhadap peningkatan berat badan selama kehamilan di Puskesmas Bandar Lampung. Dengan demikian semakin baik pengetahuan ibu hamil tentang gizi diharapkan dapat meningkatkan berat badan ibu hamil secara normal selama proses kehamilan

dari upaya untuk mengoptimalkan kemampuan ibu, sehingga dengan pengetahuan gizi yang baik diharapkan ibu hamil memiliki status gizi yang baik pula. merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan (Mamuroh, 2019).

Pengetahuan ibu hamil juga mempengaruhi perilakunya dalam menjaga kehamilan. Ibu yang sedang mengalami kehamilan yang pertama biasanya sangat menjaga kehamilannya dengan cara rajin

mengonsumsi asupan-asupan gizi untuk kehamilannya Pemenuhan gizi ibu hamil dipengaruhi oleh salah satu faktor, yaitu dukungan dari suami, keluarga, masyarakat. 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. (Puspitaningrum, 2019).

Pengetahuan individu sangat mempengaruhi perilaku sehatnya setiap hari. Ibu hamil yang tidak mendapatkan pengetahuan yang cukup tentang kehamilan seringkali mengalami masalah selama kehamilan. Pengetahuan ibu hamil juga mempengaruhi perilakunya dalam menjaga kehamilan. Ibu yang sedang mengalami kehamilan yang pertama biasanya sangat menjaga kehamilannya dengan cara rajin mengonsumsi asupan-asupan gizi untuk kehamilannya Pemenuhan gizi ibu hamil dipengaruhi oleh salah satu faktor, yaitu dukungan dari suami, keluarga, masyarakat. 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.

Kurangnya pengetahuan ibu hamil tentang gizi selama kehamilan akan berdampak terhadap terjadinya kekurangan gizi pada ibu hamil. Hasil penelitian menyatakan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan ibu hamil dengan Hb ibu ( $p < 0.05$ ). Menurut Arisman (2010) dampak kekurangan gizi terhadap ibu hamil yaitu dapat menimbulkan anemia gizi besi yang banyak terdapat di Indonesia maka ibu hamil dianjurkan untuk mendapat tambahan zat besi atau makanan yang mengandung zat besi. Selain itu, dampak kekurangan gizi terhadap ibu hamil dapat terjadi kenaikan berat badan yang rendah selama kehamilan dan menimbulkan mual muntah (hiperemesis gravidarum).

Hasil penelitian ini menyatakan tidak terdapat hubungan antara status gizi dengan

anemi pada ibu hamil, hal ini tidak sejalan dengan penelitian lain yang mentakan bahwa status gizi berhubungan dengan anemia pada ibu hamil (Nurleli, 2016). Kondisi ini bisa disebabkan oleh jenis konsumsi ibu hamil, berdasarkan dari status gizi nya diketahui lebih banyak ibu hamil dengan status gizi normal, hal ini disebabkan karena pengetahuan ibu sudah lebih baik sehingga lebih dapat memilih makanan yang bergizi sehingga lebih berdampak terhadap kesehatan

## **KESIMPULAN**

Terdapat hubungan antara pengetahuan ibu hamil dengan Hb ibu dan tidak terdapat hubungan antara status gizi dengan anemi pada ibu hamil, edukasi diperlukan untuk meningkatkan pemahaman ibu hamil sehingga mandiri dalam menjaga gizi dan kesehatannya.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Nurleli, N., 2017. Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Dengan Gejala Anemia Ibu Hamil Di Rumah Bersalin Mariani Medan. *Jurnal Riset Hesti Medan Akper Kesdam I/BB Medan*, 1(1), pp.57-61.
- Pasaribu, H.P. and Pujiastuti, R.A.D., 2016. Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Kebutuhan Nutrisi Selama Kehamilan di RSUP Haji Adam Malik pada Tahun 2016.
- Ilmiani, T.K., Angraini, D.I. and Hanriko, R., 2020. Hubungan pengetahuan gizi ibu hamil terhadap peningkatan berat badan selama kehamilan di Puskesmas Bandar Lampung. *Majority*, 9(1), pp.29-34.
- Hidayati, N. and Widayati, W., 2021. PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG NUTRISI PADA KEHAMILAN NORMAL DI WILAYAH KERJA POSKESDES PIJOT KECAMATAN KERUAK KABUPATEN LOMBOK TIMUR (Doctoral dissertation, Universitas Ngudi Waluyo).
- Arisman, M.B., 2007. *Gizi Dalam Daur Ulang Kehidupan*.

- Puspitaningrum, E.M., 2017. Hubungan Pengetahuan Dengan Status Gizi Ibu Hamil Di Puskesmas Tanjung Pinang Kota Jambi. *JI-KES (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 1(1).
- Mamuroh, L., Sukmawati, S. and Widiasih, R., 2019. Pengetahuan Ibu Hamil tentang Gizi Selama Kehamilan pada Salah Satu Desa di Kabupaten Garut. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 15(1), pp.66-70.
- Ita Ramadani, P. and Aisa, S., 2017. PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG GIZI DALAM KEHAMILAN DI PUSKESMAS POASIA KOTA KENDARI SULAWESI TENGGARA TAHUN 2017 (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Kendari).