

## Article

### HUBUNGAN SIKAP IBU HAMIL TM III DENGAN PERILAKU DIET SELAMA HAMIL DI PMB YULIANA KOTA LAMONGAN

Lailatul Fitriyah<sup>1</sup>, Anik Purwati<sup>2</sup>, Reny Retnaningsih<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Institut Teknologi Sanis dan Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang Kesdam V

#### SUBMISSION TRACK

Received: May 20, 2024

Final Revision: June 15, 2024

Available Online: June 20, 2024

#### KEYWORDS

Diet, pregnant women, behavior, attitude

#### CORRESPONDENCE

Phone: 085867276632

E-mail: lailafitriyah2602@gmail.com

#### A B S T R A C T

As a result of non-fulfillment of energy and protein intake in pregnant women can lead to chronic energy deficiency (SEZ), where the size of the upper arm circumference (LILA) is less than 23.5 cm, pregnant women with SEZ are also at risk of giving birth to babies with low birth weight (LBW). This study aims to determine the relationship between the attitude of pregnant women TM III with dietary behavior during pregnancy in TPMB Yuliana Lamongan city. Analytical descriptive research with cross sectional approach. The study was conducted at PMB Yuliana Lamongan City in November 2023 with a population of 53 people. Sampling technique with Accidental Sampling technique and obtained a sample of 32 people. Chi square test results obtained r value of  $0.023 < 0.05$ , which means  $H_0$  is rejected, so there is a significant relationship between the attitude of pregnant women TM III with dietary behavior during pregnancy in PMB Yuliana Lamongan. Based on the results of research from 32 respondents TM III pregnant women in PMB Yuliana Lamongan, statistical test results obtained by using The Chi-Square Test with SPSS determine the relationship between the attitude of TM III pregnant women with dietary behavior during pregnancy is significantly associated with the value of  $p\text{-value} = 0.023 < 0.05$ . So that the decision hypothesis reject  $H_0$  and accept  $H_a$  is that there is a significant relationship between the attitude of pregnant women TM III with dietary behavior during pregnancy in PMB Yuliana Lamongan.

## I. INTRODUCTION

Selama masa kehamilan, penting untuk memastikan asupan nutrisi terpenuhi dengan baik karena kekurangan gizi dapat memengaruhi pertumbuhan dan perkembangan janin. Hal ini dapat meningkatkan risiko kelahiran prematur, gangguan pada sistem saraf pusat, berat badan lahir rendah, dan stunting. Selain itu, kurangnya asupan energi dan protein pada ibu hamil dapat menyebabkan kekurangan

energi kronis (KEK), yang ditandai dengan lingkaran lengan atas (LILA) kurang dari 23,5 cm. Ibu hamil dengan KEK juga berisiko melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR) (Promkes, 2018).

WHO menyatakan bahwa 40% kematian ibu di negara berkembang disebabkan oleh kekurangan energi kronis (KEK) dan anemia selama kehamilan. Pada tahun 2013, prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia mencapai 37,1% dan

meningkat menjadi 48,9% pada tahun 2018, dengan prevalensi tertinggi sebesar 84,6% ditemukan pada kelompok usia 15-24 tahun (Dewi et al., 2021). Berdasarkan hasil Riskesdas tahun 2018, prevalensi KEK pada ibu hamil cukup tinggi, yaitu 38,5% pada usia 15-19 tahun, 30,1% pada usia 20-24 tahun, dan 20,9% pada usia 25-29 tahun. Selain itu, prevalensi obesitas pada orang dewasa (usia >18 tahun) juga meningkat sejak tahun 2007, dengan prevalensi berat badan berlebih naik dari 8,6% menjadi 13,6% dan obesitas dari 10,5% menjadi 21,8% (Susilawati & Nilakesuma, 2022).

Kehamilan adalah proses yang dialami oleh seorang wanita, dimulai dari fertilisasi (konsepsi) hingga kelahiran bayi. Proses ini menyebabkan tubuh ibu mengalami perubahan dari kondisi sebelum hamil (Kusuma et al., 2020). Perubahan berat badan selama kehamilan sangat memengaruhi kesehatan ibu dan hasil persalinan. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa wanita yang gemuk atau sangat gemuk saat hamil memiliki risiko tinggi untuk menjalani bedah caesar dan melahirkan anak yang juga gemuk. Sebaliknya, wanita yang kurus saat hamil berisiko tinggi mengalami persalinan prematur dan melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah (Sulistiawati, Fitriani, dan Zakiyya, 2021).

Salah satu aspek kebudayaan yang dilakukan oleh masyarakat adalah perilaku. Perilaku merupakan tindakan manusia dalam memenuhi kebutuhan yang didasarkan pada pengetahuan, kepercayaan, nilai, dan norma. Salah satu jenis perilaku ini adalah perilaku kesehatan, yang merupakan hasil dari pengalaman dan interaksi individu dengan lingkungannya, serta berkaitan dengan pengetahuan dan sikap mengenai kesehatan yang kemudian mempengaruhi tindakan individu terhadap kesehatan (Syukri, 2019).

Upaya untuk memenuhi kebutuhan gizi ibu hamil melibatkan peningkatan keragaman pangan agar kebutuhan energi,

protein, dan mikronutrien dapat terpenuhi, mendukung pertumbuhan dan perkembangan janin, serta memberikan cadangan selama masa menyusui. Mikronutrien penting yang dibutuhkan oleh ibu hamil termasuk zat besi, asam folat, kalsium, yodium, dan seng (Adyani, 2020).

Hasil studi pendahuluan di PMB Yuliana Lamongan menunjukkan bahwa dari tiga ibu hamil yang menjadi responden, dua ibu hamil menjalani diet selama kehamilan sesuai dengan pedoman yang disarankan oleh petugas kesehatan atau dokter, dan merasa penting menjaga berat badan agar tidak berlebihan. Kedua ibu hamil ini tampak memiliki motivasi kuat dan dukungan yang memadai dalam menjalani diet mereka. Sebaliknya, satu ibu hamil yang menjalani diet tanpa panduan dari petugas kesehatan dan tidak mendapatkan dukungan dari keluarga menghadapi lebih banyak hambatan. Ini menunjukkan bahwa sikap ibu hamil sangat berpengaruh dalam menentukan perilaku diet selama kehamilan. Sikap ibu hamil adalah faktor penting yang perlu diperhatikan untuk meningkatkan perilaku diet sehat selama masa kehamilan.

Status gizi ibu hamil dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk faktor internal seperti pengetahuan, sikap, dan perilaku diet, serta faktor eksternal seperti sosial budaya. Sikap tentang kesehatan membentuk tindakan individu terhadap kesehatan. Makanan yang dikonsumsi ibu hamil sebaiknya tidak hanya berdasarkan selera, tetapi juga memperhatikan kebutuhan gizi untuk kesehatan. Pemilihan makanan dipengaruhi oleh kepercayaan, pengetahuan, dan sikap ibu hamil, karena pemilihan ini akan dipengaruhi oleh resep sosial dan kepercayaan lingkungan, termasuk larangan dan anjuran, terutama dari suami dan keluarga ibu hamil. Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa sikap ibu hamil mempengaruhi perilaku diet selama kehamilan.

Oleh karena itu, penulis mengambil judul penelitian “Hubungan Sikap Ibu Hamil TM III dengan Perilaku Diet Selama Hamil di PMB Yuliana Kota Lamongan.”

## II. METHODS

Penelitian deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian dilakukan di PMB Yuliana Kota Lamongan pada November 2023 dengan jumlah populasi 53 orang. Teknik pengambilan sampel dengan Teknik Accidental Sampling dan diperoleh sampel sebanyak 32 orang. Data penelitian dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner dan kemudian dianalisis dengan uji *Chi Square*.

## III. RESULT

Hasil penelitian menunjukkan sebelum diperoleh hasil dari 32 responden, pada variable sikap ibu hamil TM III sebagian besar berada pada kategori cukup dengan frekuensi 32 orang responden (100%) dan pada variable perilaku diet selama hamil, didominasi pada kategori cukup dengan frekuensi 30 orang responden (93,3%) dan pada kategori kurang yaitu 2 orang responden (6,7%). Hasil uji *chi square* diperoleh  $p$  value sebesar  $0,023 < 0,05$ , yang berarti ada hubungan yang signifikan antara Sikap Ibu Hamil TM III dengan Perilaku Diet Selama Hamil di PMB Yuliana Kota Lamongan.

**Table 1. Hubungan Sikap Ibu Hamil TM III Dengan Perilaku Diet Selama Hamil di PMB Yuliana Kota Lamongan**

| Sikap Ibu Hamil | Perilaku Diet Ibu Hamil |     |       |      |
|-----------------|-------------------------|-----|-------|------|
|                 | Kurang                  |     | Cukup |      |
|                 | f                       | (%) | f     | (%)  |
| Kurang          | 0                       | 0   | 2     | 2,7  |
| ukup            | 32                      | 100 | 30    | 93,3 |
| Total           | 32                      | 100 | 32    | 100  |
| p - value       | 0,023                   |     |       |      |

## IV. DISCUSSION

Hasil penelitian menunjukkan sebelum diperoleh hasil dari 32 responden, pada variable sikap ibu hamil TM III sebagian besar berada pada kategori cukup dengan frekuensi 32 orang responden (100%) dan pada variable perilaku diet selama hamil,

didominasi pada kategori cukup dengan frekuensi 30 orang responden (93,3%) dan pada kategori kurang yaitu 2 orang responden (6,7%). Hasil uji *chi square* diperoleh  $p$  value sebesar  $0,023 < 0,05$ , yang berarti ada antara Sikap Ibu Hamil TM III dengan Perilaku Diet Selama Hamil di PMB Yuliana Kota Lamongan.

Mayoritas ibu hamil mengenyam pendidikan tinggi, yaitu di jenjang sekolah menengah atas dan perguruan tinggi, menurut temuan penelitian tersebut. Menurut penelitian oleh Shaluhyah, (2020), 62,5% ibu hamil telah menyelesaikan pendidikan menengah ke atas. Selain itu, ada hubungan antara kebiasaan makan ibu hamil dan pengetahuan ibu. Pengetahuan seseorang memengaruhi latar belakang pendidikan mereka; semakin berpendidikan seseorang, semakin berpikiran terbuka terhadap informasi baru (Bustan., dkk., 2021). Salah satu faktor kunci yang mempengaruhi perilaku seseorang adalah latar belakang pendidikannya karena mereka yang berpendidikan tinggi biasanya dianggap lebih tahu tentang nutrisi. Tingkat pendidikan yang dimiliki seseorang mempengaruhi bagaimana mereka bereaksi terhadap rangsangan eksternal; mereka yang berpendidikan lebih tinggi cenderung merespon lebih baik daripada mereka yang berpendidikan lebih rendah (Idealistian & Simanjuntak, 2019). Menurut penelitian oleh Shaluhya, (2020), mayoritas ibu hamil memiliki sikap yang kurang mendukung pemberian makanan sehat selama kehamilan, terutama dalam hal memilih dan mendapatkan makanan. Namun, banyak ibu berpendapat bahwa status sosial ekonomi mereka berperan dalam apakah mereka dipaksa untuk melanggar aturan kesehatan yang direkomendasikan atau tidak.

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan signifikan pada sikap ibu hamil pada TM III dengan perilaku diet selama kehamilan. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Shaluhya, (2020), yang menemukan hubungan antara sikap ibu dan praktik diet ibu hamil. Faktor-faktor seperti pengetahuan, pengalaman, gaya hidup, dan faktor sosial psikologis memiliki pengaruh yang signifikan terhadap sikap seseorang. Dalam konteks pemenuhan nutrisi ibu hamil, beberapa ibu mungkin menghadapi kendala ekonomi,

pekerjaan, dan keterbatasan waktu yang membuat mereka berpendapat bahwa tidak perlu makan dengan gizi seimbang. Sebagai akibatnya, pemenuhan nutrisi menjadi terbatas (Widiastuti, Mutyara, Siddiq, 2015).

Selanjutnya, penelitian oleh Zerfu, (2018) menunjukkan bahwa pengetahuan ibu tentang nutrisi selama kehamilan sangat memengaruhi sikap dan keyakinannya dalam mengatur pola makan, yang pada gilirannya memengaruhi praktik diet ibu saat hamil menjadi lebih baik. Pantangan makanan selama kehamilan sering kali dipengaruhi oleh faktor budaya, di mana campur tangan suami, ibu, dan mertua dapat menjadi sumbernya. Meskipun beberapa jenis makanan dianjurkan untuk dikonsumsi agar kehamilan berjalan dengan baik dan kebutuhan gizi ibu serta janin terpenuhi, namun ibu hamil seringkali memilih untuk menghormati saran dari pasangan atau orang tua dengan mematuhi pantangan makanan yang ditetapkan (Riang'a, Broerse, & Nangulu, 2017).

## **V. CONCLUSION**

Hasil penelitian menyimpulkan hal-hal berikut:

1. Sikap ibu hamil TM III sebagian besar berada pada kategori cukup dengan frekuensi 32 orang responden (100%).
2. Perilaku diet selama hamil, mayoritas 30 orang responden (93,3%).
3. Ada Hubungan Sikap Ibu Hamil TM III dengan Perilaku Diet Selama Hamil di PMB Yuliana Kota Lamongan.

## REFERENCES

- Abdurrahman, F. (2014). Faktor-Faktor Pendorong Perilaku Diet Tidak Sehat Pada Wanita Usia Dewasa Awal Studi Kasus Pada Mahasiswi Universitas Mulawarman. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(1), 23–27. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v2i1.3569>
- Adyani, K. (2020). Diet Kalsium pada Ibu Hamil. *Embrio*, 12(1), 31–42. <https://doi.org/10.36456/embrio.v12i1.2278>
- Bustan, W.N., et al. 2021. Hubungan Pola Konsumsi dan Pengetahuan Gizi dengan Kejadian Kurang Energi Kronik pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Sudiang Kota Makassar. *The Journal of Indonesian Community Nutrition*, Vol.10 No.1 Hal.34-51
- Dewi, A. K., Dary, D., & Tampubolon, R. (2021). Status Gizi dan Perilaku Makan Ibu Selama Kehamilan Trimester Pertama. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Komunitas*, 6(1), 135–144. <https://doi.org/10.14710/jekk.v6i1.10413>
- Ediyono, S. (2023). Dampak Kurangnya Nutrisi Pada Ibu Hamil Terhadap Risiko Stunting Pada Bayi Yang Dilahirkan. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 14(1), 161–170.
- Farida, S. R., Andi, N. U., Werna, N., Haryah, S., & Stang, Y. S. (2023). Makanan Pantangan Pada Ibu Hamilkekurangan Energi Kronik (KEK). *Journal of Telenursing (JOTING)*, 5, 65–72.
- Hazelina, N. (2013). *Pola Makan Ibu Hamil Pertrimester di Wilayah Kerja Puskesmas Sukosari Kabupaten Ponorogo*. Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
- Icca, N. P., Ambarwati, Eny, P., Lia, M. S., Maya, Y., & Niken, A. A. S. (2023). PAKET SAYANG IBU HAMIL DENGAN TINDAKAN PIVADU DUKUNGAN KELUARGA ) DI WILAYAH KERJA. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 6(3), 240–253.
- Idealistianan, L., Simanjuntak, R.H. 2019. Pengetahuan, Pendidikan, Umur Hubungan dengan Perilaku Pola Makan Selama Kehamilan pada Ibu Hamil di Puskesmas Aren Jaya Kota Bekasi. *Jurnal Atara Kebidanan*, Vol.2 No.1 Hal.24-29
- Kusuma, D. R., Aryawangsa, P. D., Satyarsa, A. B. S., & Aryani, P. (2020). Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Ibu Hamil Terhadap Nutrisi Selama Kehamilan Di Wilayah Kerja Upt Puskesmas Mengwi I, Badung, Bali. *Gema Kesehatan*, 12(1), 20–29. <https://doi.org/10.47539/gk.v12i1.127>
- Lestari, M. A. (2018). Konsep dasar Kehamilan. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 3(1), 10–27.
- Mulyani, E.Y., et al. 2020. Pengetahuan, Sikap, Perilaku dan Asupan Gizi Berdasarkan Status Hidrasi Ibu Hamil. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, Vol.17 No.2 Hal. 87-95. doi: 10.22146/ijcn.59101.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi penelitian kesehatan*. PT. Rineka Cipta.
- Novitasari, Y. (2016). Keyakinan Makanan Dalam Perspektif Keperawatan Transkultural Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Kartasura. *Skripsi FIK Universitas Myhammadiyah Surakarta*, 1(1), 1–16.
- Promkes, K. (2018). Mengenal Jenis Aktivitas Fisik. *Kemenkes*, 1.

<https://promkes.kemkes.go.id/content/?p=8807>

- Riang'a, R.M., Broerse, J., Nangulu, A.K. 2017. Food Beliefs and Practices Among the Kalenjin Pregnant Women in Rural Uasin Gishu County, Kenya. *Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine*, Vol.13 No.1 Hal.1- 16. Url: <https://doi.org/10.1186/s13002-017-0157-8>.
- Ritonga, L. D. (2021). *Program studi kebidanan program sarjana fakultas kesehatan universitas afa royhan di kota padangsidimpuan 2021*.
- Robit, N.A. 2020. Hubungan Pola Makan Ibu Saat Hamil dengan Berat Badan Lahir Bayi di Desa Wringinpitu Wilayah Kerja Puskesmas Tegaldimo Banyuwangi. *Repository Universitas Muhammadiyah Jember*, Hal.1-16
- Rosa, R. F. (2022). Tanda Bahaya Pada Masa Kehamilan. *Program Studi D-III Kebidanan, Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Riau*.
- Seniartin. (2021). *Gambaran Tingkat Pengetahuan Gizi, Pola Konsumsi Dan Status Kurang Energi Kronik (Kek) Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Besulutu Kabupaten Konawe. July*, 1–23.
- Shaluhayah, Z. et al. 2020. Pengetahuan, Sikap dan Praktik Ibu dalam Pemberian Makanan Sehat Keluarga di Kota Semarang. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, Vol.8 No.2 Hal.92-101. doi: 10.14710/jgi.8.2.92-101.
- Shaluhayah, Z., Kusumawati, A., Indraswari, R., Widjanarko, B., & Husodo, B. T. (2020). Pengetahuan, sikap dan praktik ibu dalam pemberian makanan sehat keluarga di Kota Semarang. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 8(2), 92–101. <https://doi.org/10.14710/jgi.8.2.92-101>
- Sukmawati. (2012). *Hubungan Antara Pengetahuan Dan Sikap Dalam Memenuhi Kebutuhan Nutrisi Dengan Status Gizi Ibu Hamil Di Puskesmas Kassi-Kassi Makassar*. UIN Alauddin Makassar.
- Suryani Agustin, Budi Darma Setiawan, & Mochammad Ali Fauzi. (2019). Klasifikasi Berat Badan Lahir Rendah (BBgustin, Suryani Setiawan, Budi Darma Fauzi, Mochammad AILR) Pada Bayi Dengan Metode Learning Vector Quantization (LVQ). *Jurnal Pengembangan Teknologi Informasi Dan Ilmu Komputer*, 3(3), 2929–2936. <https://j-ptiik.ub.ac.id/index.php/j-ptiik/article/download/4831/2254/>
- Susanti, N. M. D., Lainsamputty, F., & Ilestari, V. (2021). Stres dengan Hiperemesis Gravidarum Pada Ibu Hamil. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(2), 635–642. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.670>
- Susilawati, D., & Nilakesuma, N. F. (2022). *Hubungan Sikap Ibu Hamil Dengan P E Rilaku Diet Selama Hamil*. 2(2).
- Syukri, S. (2019). Pengaruh Budaya Terhadap Sikap Dan Perilaku Keberagamaan. *Jurnal At-Taujih Bimbingan Dan Konseling Islam*, 2(2), 81–95.
- Wibowo, D. (2018). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Sikap Keluarga Tentang Perawatan Arthritis Rheumatoid Pada Lansia Di Desa Pamalayan Kecamatan Cijeungjing Kabupaten Ciamis. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada: Jurnal Ilmu-Ilmu Keperawatan, Analis Kesehatan Dan Farmasi*, 17(2), 339. <https://doi.org/10.36465/jkbth.v17i2.261>
- Widiastuti, W., Mutyara, K., Siddiq, A. 2015. Knowledge, Attitude and Nutritional Status in Pregnant Women. *Althe Medica Journal*, Vol. 2 No.2 Hal.231-234

Zerfu, T.A., Biadgilign, S. 2018. Pregnant Mothers Have Limited Knowledge and Poor Dietary Diversity Practices but Favorable Attitude Towards Nutritional Recommendations in Rural Ethiopia. Evidence from Community-Based Study BMC Nutrition, Hal.1-9