

# Hubungan Pengetahuan, Pendidikan, Umur dengan Perilaku Pola Makan Selama Kehamilan pada Ibu Hamil di Puskesmas Aren Jaya Kota Bekasi

Lia Idealistiaan<sup>1</sup>, Tuty Yanuarti<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Departement of Midwifery, STIKes Abdi Nusantara, Jakarta, Indonesia

Article Info	Abstrak
<p><b>Kata Kunci: pengetahuan; Pendidikan; perilaku; pola makan; kehamilan; ibu hamil</b></p> <p>Dikirim : 5 September 2018                      Direvisi : 10 September 2018                      Diterima : 10 September 2018</p> <p> Lia Idealistiana   liaidealistiana@gmail.com   <a href="https://orcid.org/0000-0001-9078-3616">https://orcid.org/0000-0001-9078-3616</a></p>	<p>Ibu hamil adalah satu kelompok yang paling beresiko terhadap masalah gizi. Kebutuhan gizi pada saat hamil harus cukup terpenuhi dan seimbang sesuai dengan kebutuhan ibu. Menurut Jim Mann &amp; Steward Truswell (2014) menyatakan bahwa gizi yang cukup selama kehamilan diperlukan untuk mencapai potensi yang penuh. Walker (2012) dalam Simarmata (2014) menyatakan bahwa pemenuhan asupan gizi bagi ibu hamil dipengaruhi oleh banyak faktor. Faktor yang mempengaruhi asupan gizi ibu hamil antara lain pengetahuan dan pola makan. Pendapat ini didukung berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Fatimah (2011) dalam Oktriyani (2014) yang menyatakan bahwa pola makan merupakan salah satu faktor risiko dari masalah gizi ibu hamil. Tujuan dari penelitian ini adalah Untuk mengetahui pengetahuan, pendidikan, dan umur hubungannya dengan perilaku pola makan selama kehamilan pada ibu hamil di Puskesmas Kelurahan Aren Jaya periode Mei 2018. Desain penelitian yang dipakai adalah analitik melalui pendekatan cross sectional dengan menggunakan data primer melalui pengisian kuesioner untuk mengetahui hubungan pengetahuan, pendidikan, umur dengan perilaku pola makan selama kehamilan pada ibu hamil di Puskesmas Aren Jaya pada bulan Mei tahun 2018 sebanyak 60 orang. Dari penelitian di dapatkan Analisis yang didapatkan dari 60 respondent yaitu menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil memiliki perilaku pola makan kurang baik pada masa kehamilan sebanyak 60% dan kategori baik 40%. dari hasil penelitian didapatkan bahwa ada hubungan antara variabel pengetahuan, pendidikan dengan perilaku pola makan ibu hamil di Puskesmas Aren Jaya. Sedangkan dari hasil penelitian didapatkan variabel umur tidak ada hubungan dengan perilaku pola makan ibu hamil.</p>
	<p style="text-align: center;">This is an open access article under the CC BY-SA license.</p> <div style="text-align: center;">  </div>

## 1. Pendahuluan

Dampak dari kurang gizi akibat rendahnya pengetahuan ibu tentang nutrisi dan pola makan selama kehamilan dapat menyebabkan risiko dan komplikasi pada ibu hamil antara lain:

anemia, perdarahan, berat badan ibu tidak bertambah secara normal, dan terkena infeksi. Terhadap persalinan, pengaruh kekurangan nutrisi terhadap persalinan dapat mengakibatkan sulit dan lama, persalinan sebelum waktunya (*premature*), perdarahan setelah persalinan, serta persalinan dengan operasi cenderung meningkat. Selain itu, terhadap janin, kekurangan nutrisi pada saat hamil dapat mempengaruhi proses pertumbuhan janin dan dapat menimbulkan keguguran, abortus bayi lahir mati, kematian neonatus, cacat bawaan, anemia pada bayi, asfiksia intrapartum (mati dalam kandungan), lahir dengan berat bayi lahir rendah (BBLR) (Sulistiyanti dan Andarwati, 2014). UNICEF memperkirakan bahwa sekitar 19 juta bayi baru lahir setiap tahun di negara berkembang memiliki berat badan kurang dari 2500 g saat lahir (Annie 2014: 492). Berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan mencatat bahwa pada tahun 2013 terdapat 10,2% bayi lahir dengan berat badan rendah di Indonesia. Persentase ini menurun dari Riskesdas 2010 (11,1%). Menurut pendidikan dan kuintil indeks kepemilikan terlihat adanya kecenderungan semakin tinggi pendidikan dan kuintil indeks kepemilikan, semakin rendah prevalensi BBLR.

Menurut Manuaba (2013) dalam Pelufi (2017) menyatakan bahwa berdasarkan penelitian WHO di seluruh dunia, terdapat kematian ibu sebesar 500.000 jiwa per tahun dan kematian bayi khususnya neonatus sebesar 10.000.000 jiwa per tahun. Kematian maternal dan bayi tersebut terjadi terutama di negara berkembang sebesar 99%. Dari hasil Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia (2012) menyatakan bahwa Angka Kematian Bayi (AKB) di Indonesia mencapai 30 per 1.000 kelahiran hidup setiap tahun. Angka ini masih paling tinggi bila dibandingkan dengan negara-negara ASEAN lainnya. Sementara data mengenai jumlah kematian bayi di Provinsi Jawa Barat terdapat sebanyak 4.803 dari 931.906 kelahiran hidup dengan diantaranya terdapat 138 jumlah kematian bayi di kota Bekasi yang terjadi pada tahun 2012 (Profil Kesehatan Provinsi Jawa Barat 2012). Ibu hamil adalah satu kelompok yang paling beresiko terhadap masalah gizi. Kebutuhan gizi pada saat hamil harus cukup terpenuhi dan seimbang sesuai dengan kebutuhan ibu. Menurut Jim Mann & Steward Truswell (2014) menyatakan bahwa gizi yang cukup selama kehamilan diperlukan untuk mencapai potensi yang penuh.

Walker (2012) dalam Simarmata (2014) menyatakan bahwa pemenuhan asupan gizi bagi ibu hamil dipengaruhi oleh banyak faktor. Faktor yang mempengaruhi asupan gizi ibu hamil antara lain pengetahuan dan pola makan. Pendapat ini didukung berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Fatimah (2011) dalam Oktriyani (2014) yang menyatakan bahwa pola makan merupakan salah satu faktor risiko dari masalah gizi ibu hamil. Secara umum faktor yang mempengaruhi terbentuknya pola makan ibu hamil adalah faktor ekonomi, faktor sosial budaya, pendidikan, dan lingkungan. Peningkatan pendidikan ibu terhadap tingkat pengetahuan akan berpengaruh terhadap sikap dan perilaku ibu dalam pemilihan makanan.

Saat ini di Indonesia masih banyak ibu hamil yang memiliki tingkat pengetahuan rendah dan pola asupannya selama masa kehamilan yang belum sesuai dengan syarat gizi yang dianjurkan sehingga memiliki status gizi kurang, seperti kurus dan menderita Anemia. Pengetahuan yang tidak memadai dan praktek-praktek yang tidak tepat merupakan hambatan signifikan terhadap peningkatan gizi (UNICEF, 2012). Oleh karena itu, diperlukan pengetahuan

ibu yang baik mengenai gizi dan kesehatan agar kebutuhan gizi dan kesehatan selama hamil dapat terpenuhi. Selain itu, pola makan serta asupan makan selama kehamilan saling berpengaruh untuk itu, pola makan yang baik perlu dibentuk untuk memenuhi kebutuhan gizi, terutama ibu hamil yang membutuhkan gizi yang baik. Pada studi pendahuluan dilakukan pembagian kuisioner kepada ibu-ibu hamil mengenai pengetahuan tentang gizi dan bentuk perilaku pola makan mereka. Hasil dari studi pendahuluan menunjukkan bahwa 9 dari 5 orang ibu (55,5%) memiliki pengetahuan yang rendah mengenai gizi dan hubungannya dengan perilaku pola makan mereka. Oleh karena itu peneliti tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan, pendidikan, umur hubungannya dengan perilaku pola makan selama kehamilan pada ibu hamil di Puskesmas Kelurahan Aren Jaya.

## 2. Metode

Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Kelurahan Aren Jaya. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Mei 2018 dengan jumlah sampel sebanyak 60 responden. Sampel yang terkumpul akan di berikan perlakuan setelah mendapatkan persetujuan dari semua responden kemudian akan dilihat hasil sebelum dan setelah pemberian perlakuan pada responden tersebut kemudian data diolah dan dijabarkan dalam bentuk tabel dan pembahasan.

## 3. Hasil

**Tabel 1. Distribusi frekuensi perilaku pola makan responden selama kehamilan pada ibu hamil di Puskesmas Aren Jaya Kota Bekasi tahun 2018**

No	Variabel	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Perilaku pola makan		18
	Baik	24	40
	Kurang baik	36	60

Berdasarkan tabel diatas dapat di ketahui bahwa perilaku pola makan sebagian besar ibu hamil kurang baik pada masa kehamilan sebanyak 36 responden (60%). Hanya 24 responden (40%) yang memiliki perilaku pola makan yang baik pada masa kehamilan.

**Tabel 2. Distribusi Hubungan antara Pengetahuan,Pendidikan dan usia terhadap perilaku pola makan pada ibu hamil di Puskesmas Aren Jaya Kota Bekasi tahun 2018**

No	Variable	Perlikau pola makan						P value
		Baik		Kurang baik		Total		
		F	%	F	%	F	%	

1	Pengatahuan							
	Baik	21	91,3	2	8,7	23	100	0,000
	Kurang baik	3	8,1	34	91,9	37	100,0	
2	Pendidikan							
	Pendidikan Dasar (SD, SMP)	4	12,1	29	87,1	33	100	0,000
	Pendidikan Menengah (SMA/Sederaja)	18	72	7	28	25	100	
	Pendidikan Tinggi	2	100	0	0	2	100	
3	Usia							
	< 20 Tahun	0	0	1	100	1	100	0,225
	20-35 Tahun	23	44,2	29	55,8	52	100	
	> 35 Tahun	1	14,3	6	85,7	7	100	

Berdasarkan Tabel diatas dapat diketahui bahwa proporsi ibu yang berpengetahuan baik mempunyai perilaku pola makan baik sebanyak 21 responden (91,3%) akan berperilaku baik juga. Ibu yang mempunyai pengetahuan kurang baik memiliki perilaku pola makan kurang baik sebanyak 34 responden (91,9%). Hasil cross tabulasi antara variabel pendidikan dengan pengetahuan menunjukkan hasil uji statistik *Chi-Square* diperoleh nilai p.0,000 (p.value < 0,05) yang berarti *Ho ditolak dan Ha diterima* artinya ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan ibu dengan perilaku pola makan selama kehamilan pada ibu hamil. Berdasarkan Tabel diatas dapat diketahui bahwa proporsi ibu yang mempunyai perilaku pola makan baik adalah responden yang berpendidikan tinggi yaitu 2 responden (100%), dan responden terbanyak adalah responden yang berpengetahuan menengah yaitu 18 responden (72%) dan 7 responden (28%) dari pendidikan menengah itu memiliki perilaku kurang baik. Hasil cross tabulasi antara variabel pekerjaan dengan pengetahuan menunjukkan hasil uji statistik *Chi-Square* diperoleh nilai p.0,000 (p.value < 0,05) yang berarti *Ho ditolak dan Ha diterima* artinya ada hubungan yang bermakna antara pendidikan ibu dengan perilaku pola makan selama kehamilan pada ibu hamil. Berdasarkan Tabel diatas dapat diketahui proporsi ibu yang mempunyai perilaku pola makan baik adalah responden yang memiliki umur 20 tahun – 35 tahun yaitu 23 responden (44,2%), dan 29 responden (55,8%) dari ibu yang memiliki umur 20 tahun – 35 tahun itu memiliki perilaku pola makan yang kurang baik. Hasil cross tabulasi antara variabel pekerjaan dengan pengetahuan menunjukkan hasil uji statistik *Chi-Square* diperoleh nilai p.0,225 (p.value > 0,05) yang berarti *Ho diterima dan Ha ditolak* artinya tidak ada hubungan yang bermakna antara umur ibu dengan perilaku pola makan selama kehamilan pada ibu hamil.

#### 4. Pembahasan

##### Perilaku Pola Makan Ibu Hamil Selama Kehamilan

Menurut Lawrence Green dalam Purwaningrum (2008), berpendapat bahwa perilaku merupakan keadaan jiwa untuk memberi respon terhadap situasi di sekeliling individu, karena itu

perilaku dibatasi oleh dimensi ruang, gerak, dan waktu. Perilaku terwujud dalam bentuk pengetahuan, sikap, dan tindakan. Menurut Walker (2012) dalam Simarmata (2014) menyatakan bahwa pemenuhan asupan gizi bagi ibu hamil dipengaruhi oleh banyak faktor. Dari berbagai penelitian disimpulkan bahwa banyak faktor yang mempengaruhi perilaku pola makan ibu hamil beberapa diantara adalah pengetahuan, pendidikan, usia. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan bahwa dari 60 responden sebanyak 36 responden (60%) memiliki perilaku pola makan kurang baik pada masa kehamilan. Hanya 24 responden (40%) yang memiliki perilaku pola makan yang baik pada masa kehamilan.

Perilaku pola makan ibu yang kurang baik akan menyebabkan risiko dan komplikasi pada ibu hamil antara lain: anemia, perdarahan, berat badan ibu tidak bertambah secara normal, dan terkena infeksi. Terhadap persalinan, pengaruh kekurangan nutrisi terhadap persalinan dapat mengakibatkan sulit dan lama, persalinan sebelum waktunya (*premature*), perdarahan setelah persalinan, serta persalinan dengan operasi cenderung meningkat. Selain itu, terhadap janin, kekurangan nutrisi pada saat hamil dapat mempengaruhi proses pertumbuhan janin dan dapat menimbulkan keguguran, abortus bayi lahir mati, kematian neonatus, cacat bawaan, anemia pada bayi, asfiksia intrapartum (mati dalam kandungan), lahir dengan berat bayi lahir rendah (BBLR) (Sulistiyanti dan Andarwati, 2014).

### **Hubungan Antara Pengetahuan dengan Perilaku Pola Makan**

Walker (2012) dalam Simarmata (2014) berpendapat bahwa faktor yang mempengaruhi perilaku pola makan ibu hamil antara lain pengetahuan dan pola makan. Pengetahuan yang tidak memadai dan praktek-praktek yang tidak tepat merupakan hambatan signifikan terhadap peningkatan gizi (UNICEF 2012). Hal ini sejalan dengan penelitian Febriyanto (2016). Berdasarkan hasil uji statistic diperoleh nilai  $p = 0,000$  sehingga dapat disimpulkan ada hubungan antara pengetahuan responden dengan perilaku pola makan di Puskesmas Kelurahan Aren Jaya periode Mei Tahun 2018. Hal ini menandakan bahwa pengetahuan merupakan faktor yang sangat penting dalam menentukan perilaku pola makan seseorang. Semakin baik pengetahuan gizi ibu hamil maka semakin baik pula dalam melaksanakan pola makan gizi seimbang yang diperlukan bagi tubuh, begitupun dengan cara penyajian pangan. Menurut Makhfudli dan Efendi (2009) menyatakan bahwa dari pengalaman dan penelitian terbukti bahwa perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih bertahan lama daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. Pengetahuan makanan dan kesehatan sangat penting untuk dipelajari karena pengetahuan tentang makanan dan kesehatan adalah faktor internal yang mempengaruhi konsumsi makanan ibu pada masa kehamilannya. Pengetahuan makanan dan kesehatan merupakan penguasaan ibu memahami tentang makanan bergizi seimbang.

## **Hubungan Antara Pendidikan dengan Perilaku Pola Makan**

Sukirman (2000) menyatakan bahwa tingkat pendidikan formal membentuk nilai-nilai progresif bagi seseorang terutama dalam menerima hal-hal baru. Tingkat pendidikan formal merupakan faktor yang ikut menentukan mudah tidaknya seseorang menyerap dan menekuni pengetahuan yang diperoleh. Hal ini selaras dengan pendapat yang dikemukakan Berg (1986) dalam Suci (2011) menyatakan bahwa latar belakang pendidikan seseorang merupakan salah satu unsur penting yang dapat mempengaruhi perilaku seseorang karena dengan pendidikan yang lebih tinggi diharapkan pengetahuan atau informasi yang dimiliki tentang gizi menjadi lebih baik. Hal ini sejalan dengan penelitian Retnaningsih (2010). Berdasarkan hasil uji statistic diperoleh nilai  $p = 0,000$  sehingga dapat disimpulkan ada hubungan antara tingkat pendidikan responden dengan perilaku pola makan selama kehamilan di Puskesmas Kelurahan Aren Jaya periode Mei Tahun 2018. Hal ini menandakan bahwa secara tidak langsung pendidikan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi dan menentukan perilaku pola makan seseorang. Menurut Green (1980) dalam Dewi (2016) menyatakan bahwa tingkat pendidikan seseorang akan berpengaruh dalam memberikan respon terhadap sesuatu yang datang dari luar, mereka yang mempunyai pendidikan lebih tinggi akan memberi respon yang rasional daripada mereka yang berpendidikan rendah.

## **Hubungan Antara Umur dengan Perilaku Pola Makan**

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil  $p$ -value 0,225 ( $p > 0,05$ ), menunjukkan bahwa tidak ditemukannya hubungan yang signifikan antara umur dengan perilaku pola makan pada ibu hamil. Dari hasil analisis uji chi-square diketahui ibu hamil yang mempunyai umur 20 tahun – 35 tahun dengan perilaku pola makan kategori baik sebanyak 23 responden (44,2%), hasil tersebut lebih kecil daripada perilaku pola makan dengan kategori kurang yaitu sebanyak 29 responden (55,8%). Hasil penelitian ini tidak sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa umur seseorang dapat mempengaruhi perilaku pola makan seseorang, seharusnya jika ibu hamil yang memiliki umur lebih matang dan lebih pengalaman dalam perilaku pola makannya. Hal tersebut dikarenakan walaupun umur merupakan faktor untuk merubah perilaku seseorang, jika seseorang yang memiliki umur matang akan memiliki perilaku pola makan baik namun masih banyak faktor lain yang bisa menghambat perilaku seseorang seperti tingkat pendidikan seseorang sangat mempengaruhi dalam menerima informasi dan perubahan perilaku, sehingga umur yang matang jika tingkat pendidikannya kurang atau rendah sangat memungkinkan seseorang mengalami penghambatan dalam perubahan perilaku, faktor lain seperti pengetahuan.

## **5. Kesimpulan**

Ada hubungan antara pengetahuan, pendidikan dengan perilaku pola makan ibu hamil di Puskesmas Aren Jaya. Sedangkan dari hasil penelitian didapatkan variabel umur tidak ada

hubungan dengan perilaku pola makan selama kehamilan pada ibu hamil di Puskesmas Aren Jaya Periode Mei tahun 2018.

## 6. Daftar Pustaka

- Annie. (2017). Ilmu Gizi Teori & Aplikasi: Gizi Ibu Hamil. Jakarta; EGC
- Dewi, Micheliana. (2016). Hubungan Tingkat Pendidikan dan Masa Kerja dengan Kepatuhan Penggunaan *Safety Helmet* Pada Pekerja PT Wijaya Kusuma Contractors Proyek Dr. Oen Surakarta. Naskah Publikasi. Diploma 4 Keselamatan dan Kesehatan Kerja-Universitas Sebelas Maret Surakarta 2016
- Febriyanto. (2016). Hubungan Antara Pengetahuan dan Sikap dengan Perilaku Konsumsi Jajanan Sehat di MI Sulaimanilah Mojoagung Jombang. Skripsi S1. Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga Surabaya 2016
- Jim Mann & Steward Truswell. (2016). Buku Ajar Ilmu Gizi: Gizi Ibu Hamil. Edisi 4. Jakarta; EGC
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2017). Laporan Hasil Pemantauan Status Gizi (PSG) dan Penjelarasannya. Kemenkes, Jakarta
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2014) Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar, RISKESDAS Indonesia. Kemenkes, Jakarta
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2014) Pedoman Gizi Seimbang. Kemenkes, Jakarta
- Oktriyani, dkk. (2014). Pola Makan dan Pantangan Makan Tidak Berhubungan dengan Kekurangan Energi Kronis pada Ibu Hamil. Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia Vol. II No. 3, September 2014: 159-169
- Purwaningrum, Nur Fadrija. (2008). Hubungan Antara Citra Raga dengan Perilaku Makan Pada Remaja Putri. Skripsi S1. Fakultas Psikologi-Universitas Muhammadiyah Surakarta 2008
- Retnaningsih. (2010). Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Gizi dengan Status Gizi Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Colomadu II Karanganyar. Naskah Publikasi. Karya Tulis Ilmiah DIV Kebidanan, FK-Universitas Sebelas Maret Surakarta 2010
- Simarmata, Juspen Pery. (2014). Gambaran Pola Makan dan Status Gizi Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Buhit Kecamatan Pangururan Kabupaten Samosir Tahun 2014. Naskah Publikasi. FKM-Universitas Sumatra Utara
- Suci Syifa, Puji. (2011). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pola Makan Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta Tahun 2011. Naskah Publikasi, Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta