

**HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU TENTANG GIZI
SEIMBANG DENGAN KONSUMSI IBU SAAT
HAMIL DI PUSKESMAS MULYOOREJO
KABUPATEN DELI SERDANG**

SKRIPSI



OLEH :

AJA MUTIARA ARINI

NIM: 0801202260

**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA
MEDAN
2024**

**HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU TENTANG GIZI
SEIMBANG DENGAN KONSUMSI IBU SAAT
HAMIL DI PUSKESMAS MULYOOREJO
KABUPATEN DELI SERDANG**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat

Untuk Memperoleh Gelar

Sarjana Kesehatan Masyarakat (SKM)

OLEH :

AJA MUTIARA ARINI

NIM: 0801202260

**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA
MEDAN
2024**

**HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU TENTANG GIZI SEIMBANG
DENGAN KONSUMSI IBU SAAT HAMIL DI PUSKESMAS
MULYOREJO KABUPATEN DELI SERDANG**

AJA MUTIARA ARINI

NIM: 0801202260

ABSTRAK

Kehamilan menyebabkan peningkatan metabolisme energi dan nutrisi lainnya meningkat selama kehamilan. Peningkatan energi dan nutrisi diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan janin, pembesaran organ rahim, dan perubahan komposisi dan metabolisme ibu. Tujuan penelitian ini adalah untuk Menganalisis Hubungan Pengetahuan Ibu Gizi Seimbang dengan Konsumsi Ibu saat Hamil di Puskesmas Mulyorejo tahun 2024. Penelitian menggunakan metode penelitian dengan rancangan *Cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini ibu hamil di Puskesmas Mulyorejo Kabupaten Deli Serdang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling* dengan analisis data dilakukan dengan uji *chi square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan konsumsi ibu hamil di Puskesmas Mulyorejo Kabupaten Deli Serdang tahun 2024, hal ini dibuktikan dengan hasil uji *chi square* dengan nilai *p-value* = 0,000. Saran bagi ibu hamil diharapkan agar lebih rutin memeriksa kehamilannya kepada tenaga kesehatan dan aktif mengikuti penyuluhan yang dilakukan oleh petugas kesehatan untuk mendapatkan informasi sehubungan dengan konsumsi selama kehamilan.

Kata Kunci : Gizi Seimbang, Konsumsi Kehamilan, Pengetahuan

**THE RELATIONSHIP OF MOTHER'S KNOWLEDGE ABOUT
BALANCED NUTRITION AND MOTHER'S CONSUMPTION
DURING PREGNANCY AT MULYOREJO HEALTH
CENTER, DELI SERDANG DISTRICT**

AJA MUTIARA ARINI

NIM: 0801202260

ABSTRACT

Pregnancy causes increased energy metabolism and other nutrients increase during pregnancy. Increased energy and nutrients are needed for fetal growth and development, enlargement of the uterine organs, and changes in the composition and metabolism of the mother. The purpose of this study was to Analyze the Relationship between Mothers' Knowledge of Balanced Nutrition and Maternal Consumption during Pregnancy at the Mulyorejo Health Center in 2024. The study used a research method with a Cross-sectional design. The population in this study were pregnant women at the Mulyorejo Health Center, Deli Serdang Regency. The sampling technique in this study used purposive sampling with data analysis carried out using the chi square test. The results of the study showed that there was a relationship between mothers' knowledge of balanced nutrition and the consumption of pregnant women at the Mulyorejo Health Center, Deli Serdang Regency in 2024, this was evidenced by the results of the chi square test with a p-value = 0.000. Suggestions for pregnant women are expected to check their pregnancies more routinely with health workers and actively participate in counseling conducted by health workers to obtain information regarding consumption during pregnancy.

Keywords: Balanced Nutrition, Pregnancy Consumption, Knowledge

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Nama : Aja Mutiara Arini
NIM : 0801202260
Program Studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat
Peminatan : Gizi
Tempat/Tanggal Lahir : Medan/14 Mei 2003
Judul Skripsi : Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang Dengan Konsumsi Ibu Saat Hamil Di Puskesmas Mulyorejo Kabupaten Deli Serdang

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini merupakan hasil karya saya yang diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh gelar Starla I Program Studi Kesehatan Masyarakat FKM UIN Sumatera Utara.
2. Semua sumber yang saya gunakan dalam penelitian ini telah saya cantumkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Program Studi Kesehatan Masyarakat FKM UIN Sumatera Utara.
3. Jika kemudian hari jiplakan dari karya ini bukan hasil karya saya atau merupakan hasil jiplakan dari karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi yang berlaku di Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat FKM UIN Sumatera Utara.

Medan, 16 Agustus 2024



AJA MUTIARA ARINI

0801202260

HALAMAN PERSETUJUAN

HALAMAN PERSETUJUAN
Telah Disetujui dan Disahkan Tugas Akhir Dengan Judul

**“HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU TENTANG GIZI SEIMBANG
DENGAN KONSUMSI IBU SAAT HAMIL DI PUSKESMAS
MULYOOREJO KABUPATEN DELI SERDANG”**

AJA MUTIARA ARINI
(0801202260)

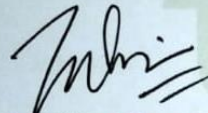
Untuk memenuhi salah satu persyaratan sidang Munaqasyah


Medan, Agustus 2024

Disetujui :

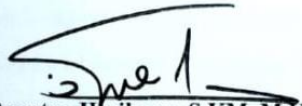
Dosen Pembimbing Umum

Dosen Pembimbing Integrasi


Zuhrina Aidha, S.Kep. M.Kes
NIP. 198707212023212038


Muhammad Zali, Lc, MHI
NIP. 198601112020121008

Ketua Program Studi
Ilmu Kesehatan Masyarakat FKM-UINSU


Rapotan Hasibuan, S.KM, M.Kes
NIP. 1990060620190301016

HALAMAN PENGESAHAN

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi Dengan Judul :

**HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU TENTANG GIZI SEIMBANG
DENGAN KONSUMSI IBU SAAT HAMIL DI PUSKESMAS
MULYOOREJO KABUPATEN DELI SERDANG
Yang dipersiapkan dan dipertahankan oleh:**

AJA MUTIARA ARINI

NIM: 0801202260

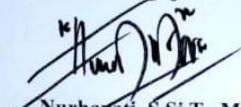
Telah Diuji Dan Dipertahankan Tim Penguji Skripsi

Pada Tanggal 16 Agustus 2024 Dan


Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat Untuk Diterima

TIM PENGUJI

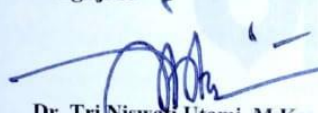
Ketua Penguji


Nurhayati, S.Si.T., M.Si
NIP. 197205161993032004

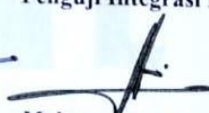
Penguji I


Zuhrina Aidha, S.Kep., M.Kes
NIP. 198707212023212038

Penguji II


Dr. Tri Niswati Utami, M.Kes
NIP. 197211082023212007

Penguji Integrasi Keislaman


Muhammad Zali, Lc.M.HI
NIP. 198601112020121008

Medan, 16 Agustus 2024 Program Studi

Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas

Kesehatan Masyarakat Universitas Islam

Negeri Sumatera Utara



DAFTAR RIWAYAT HIDUP
(CURRICULUM VITAE)

DATA PRIBADI

Nama : Aja Mutiara Arini
Jenis Kelamin : 0801202260
Tempat/Tanggal Lahir : Medan/14 Mei 2003
Agama : Islam
Golongan Darah : -
Status Perkawinan : Belum Menikah
Kewarganegaraan : Indonesia
Email : ajamutiaraarini@gmail.com

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD Swasta Free Methodist Medan (2008-2014)
2. Madrasah Tsanawiyah (MTs) Miftahussalam Medan (2014-2017)
3. SMK Swasta Farmasi Pharmaca Medan (2017-2020)
4. Universitas Islam Negeri Sumatera Utara
Fakultas Kesehatan Masyarakat,
Prodi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Peminatan Gizi (2020-
Sekarang)

PENGALAMAN MAGANG

1. Balai Besar Pengawasan Obat dan Makanan Medan (2024)

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirabbil‘alamin. Puji syukur saya panjatkan kehadiran Allah SubahanallahuWaTa‘la, yang telah melimpahkan rahmat dan anugerah-Nya, sehingga penyusunan skripsi yang berjudul “Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang Dengan Konsumsi Ibu Saat Hamil Dan Berat Badan Lahir Di Puskesmas Mulyorejo Kabupaten Deli Serdang” dapat terselesaikan.

Penulisan skripsi ini tidak lepas dari partisipasi dan bantuan dari berbagai pihak, maka dengan kesempatan ini dengan segala kerendahan hati, saya sampaikan terima kasih kepada:

1. Ibu Prof Dr. Nurhayati, M.Ag, selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
2. Bapak Prof. Dr. Mesiono M.Pd selaku Dekan I Bidang Akademik Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
3. Bapak Dr. Hasrat Effendi Samosir, M.A, selaku Wakil Dekan I Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
4. Ibu Asnil Aidah Ritonga, M.A. selaku Wakil Dekan II Bidang Administrasi Umum, Perencanaan dan Keuangan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
5. Bapak Dr. Irwansyah, M.H. selaku Wakil Dekan III Bidang Kemahasiswa/siswian Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

6. Bapak Rapotan Hasibuan S.K.M., M.Kes selaku Ketua Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
7. Ibu Fitriani Paramita Gurning S.K.M., M.Kes selaku Sekretaris Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
8. Ibu Zuhrina Aidha, S.Kep, M. Kes selaku Pembimbing Skripsi yang telah memberikan dorongan, semangat dan kesabaran yang sangat besar, yang telah membimbing penulis saat proses penyusunan skripsi ini, terima kasih telah memberikan banyak masukan kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.
9. Bapak Muhammad Zali, Lc.M.Hi selaku Pembimbing Integrasi Keislaman yang dengan sabar telah membimbing dan memberikan petunjuk serta arahan kepada penulis selama proses penyusunan skripsi ini.
10. Ibu Dr. Tri Niswati Utami., M.Kes. selaku Dosen Penguji Proposal Skripsi yang telah memberikan banyak masukan, koreksi, kritik, saran dan perbaikan yang berharga mulai dari penyusunan proposal hingga naskah skripsi ini selesai.
11. Ibu Nurhayati, S.Si.T., M.Si. selaku Ketua Penguji Skripsi yang telah menyempatkan waktunya untuk memberikan masukan serta kritikan sehingga skripsi ini menjadi lebih baik.
12. Seluruh Dosen dan Staf Fakultas Kesehatan Masyarakat UIN Sumatera Utara. Terimakasih atas segala ilmu dan arahan yang telah diberikan kepada

penulis, semoga Allah membalas segala jasa Ibu/Bapak dengan kebaikan yang melimpah.

13. Kepala Dinas Kesehatan Deli Serdang yang telah memberikan ijin kepada saya untuk melakukan penelitian di Puskesmas Mulyorejo Kabupaten Deli Serdang.
14. Kepala Puskesmas Mulyorejo Kabupaten Deli Serdang yang telah memberikan ijin kepada saya untuk melakukan penelitian.
15. Seluruh Ibu Hamil Puskesmas Mulyorejo Kabupaten Deli Serdang yang menjadi responden penelitian yang sudah mau meluangkan waktunya untuk pengisian kuesioner.
16. Terima kasih yang tak terhingga kepada orang tua tercinta, ayahanda dan ibunda, Fahrizansyah dan Ninin Salfitri yang telah memberikan semangat, doa, dan segala dukungannya sejak penulis lahir hingga saat ini, dan tidak pernah lelah memberikan motivasi serta kesabaran kepada penulis.
17. Terimakasih Nenek tercinta, Adik tersayang, Alm kakek, dan Keluarga yang selalu memberikan motivasi, dukungan dan doa yang tiada hentinya kepada penulis.
18. Terimakasih kepada sahabat Mts Nabila Liza Audiva Sihombing dan Sarifah Hanum yang telah memberikan dukungan dan doa kepada penulis.
19. Terimakasih kepada sahabat (kopi) Sakina Sumantri, Apzur Rohimah Putri, dan Saskia Khairina atas semua dukungan, doa, semangat, saling mengingatkan penulis dan telah diberikan selama masa pembuatan skripsi yang senantiasa membantu dan memberikan motivasi dalam penulisan skripsi ini.

20. Terimakasih kepada sahabat Saskia Khairina dan Ainun Zakiah atas dukungan dan semangat yang telah diberikan selama masa pembuatan skripsi ini.
21. Terimakasih kepada sahabat KKN Fauzia Syahputri, Kinanti Erdisyah Yusuf, Luri Restia Fauzia, yang memberi semangat, dukungan, doa dan motivasi dalam penulisan skripsi ini.
22. Semua teman-teman angkatan 2020 terkhususnya teman sekelas IKM 5 (E) dan Peminatan Gizi B Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara serta teman-teman KKN 88 yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.
23. Serta semua pihak yang telah memberikan doa dan dukungan dalam penulisan skripsi ini yang tidak dapat saya sebutkan satu per satu.
24. Demikian semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi banyak orang.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakaatuh.

Medan, 16 Agustus 2024



AJA MUTIARA ARINI

NIM. 0801202260

DAFTAR ISI

ABSTRAK	iii
ABSTRACT	iv
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	v
HALAMAN PERSETUJUAN	vi
HALAMAN PENGESAHAN	vii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR TABEL	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB I	19
PENDAHULUAN	19
I. LATAR BELAKANG	19
II. RUMUSAN MASALAH	23
III. TUJUAN PENELITIAN	23
IV. MANFAAT PENELITIAN	24
BAB II	25
LANDASAN TEORITIS	25
2.1. Pengetahuan	25
2.1.1. Pengertian Pengetahuan	25
2.1.2. Tingkat Pengetahuan	25
2.1.3. Cara Memperoleh pengetahuan	27
2.1.4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan	27
2.1.5. Cara Mengukur dan Kriteria Pengetahuan	29
2.2. Konsumsi Ibu Hamil	29
2.2.1. Pengertian Konsumsi	29
2.2.2. Faktor yang Mempengaruhi Konsumsi	31
2.2.3. Cara Mengukur Konsumsi	32
2.3. Kebutuhan Gizi Ibu Hamil	36
2.4. Status Gizi Ibu Hamil	41

2.5. Penilaian Status Gizi Ibu Hamil	43
2.6. Dampak Kekurangan Gizi pada Ibu Hamil	46
2.7. Gizi Seimbang Ibu Hamil	47
2.7.1. Faktor yang Mempengaruhi Gizi pada Ibu Hamil	48
2.7.2. Nutrisi Penting Ibu Hamil	55
2.7.3. Bahan Makanan yang Dihindari dan Dibatasi oleh Ibu Hamil	56
2.7.4. Asupan Makanan bagi Ibu Hamil	57
2.8. Kajian Integrasi Keislaman	58
2.8.1. Al-Qur'an	58
2.8.2. Hadist	60
2.8.3. Kaidah Fiqih	62
2.8.4. Maqashid Syariah	63
2.9. Kerangka Teori	64
2.10. Kerangka Konsep Penelitian	65
2.11. Hipotesa Penelitian	65
BAB III	66
METODE PENELITIAN	66
3.1. Jenis dan Desain Penelitian	66
3.2. Lokasi dan Waktu Penelitian	66
3.3. Populasi dan Sampel	66
3.3.1. Populasi	66
3.3.2. Sampel	67
3.4. Teknik Pengambilan Sampel	68
3.5. Variabel Penelitian	69
3.6. Definisi Operasional	69
3.7. Aspek Pengukuran	70
3.8. Uji Validitas dan Reabilitas	70
3.8.1. Uji Validitas	70
3.8.2. Uji Reabilitas	71
3.9. Teknik Pengumpulan Data	71
3.10. Metode Pengolahan Data	71
3.11. Jenis Data	72
3.11.1. Data Primer	72
3.11.2. Data Sekunder	72
3.12. Alat atau Instrumen Penelitian	73
3.13. Prosedur Pengumpulan Data	73
3.14. Analisis Data	74
BAB IV	75
HASIL DAN PEMBAHASAN	75

4.1. Hasil Penelitian	75
4.1.1. Profil Puskesmas Mulyorejo Kabupaten Deli Serdang	75
4.1.2. Analisis Univariat	75
4.1.3. Analisis Bivariat	77
4.1.3.1. Hubungan Pengetahuan dengan Konsumsi Ibu saat Hamil	78
4.2. Pembahasan	78
4.2.1. Pengetahuan tentang Konsumsi Ibu Selama Hamil	78
4.2.2. Pengetahuan tentang Pemenuhan Kebutuhan Konsumsi Ibu Selama Hamil	79
4.3. Kajian Integrasi Keislaman	81
4.3.1. Al-Qur'an	81
4.3.2. Hadist	82
4.3.3. Kaidah Fiqih	83
4.3.4. Maqashid Syariah	84
BAB V	86
KESIMPULAN DAN SARAN	86
5.1. Kesimpulan	86
5.2. Saran	86
DAFTAR PUSTAKA	88
LAMPIRAN.....	91
DOKUMENTASI.....	108

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Alat Ukur LILA	44
Gambar 2.2. Gizi Seimbang Ibu Hamil.....	48
Gambar 2.3. Indeks Masa Tubuh Ibu saat Hamil	54
Gambar 2.4. Kerangka Teori.....	64
Gambar 2.5. Kerangka Konsep	65



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1. Kebutuhan Gizi Ibu Hamil Trimester I	38
Tabel 2.2. Kebutuhan Gizi Ibu Hamil Trimester II.....	40
Tabel 2.3. Kebutuhan Gizi Ibu Hamil Trimester III	41
Tabel 2.4. Klasifikasi Risiko KEK Berdasarkan LILA	45
Tabel 3.1. Jumlah Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Mulyorejo...	67
Tabel 3.2. Definisi Operasional.....	69
Tabel 4.1. Sebaran Sampel Berdasarkan Umur Ibu.....	75
Tabel 4.2. Sebaran Sampel Berdasarkan Pendidikan Ibu	76
Tabel 4.3. Sebaran Sampel Berdasarkan Pekerjaan Ibu	76
Tabel 4.4. Sebaran Sampel Berdasarkan Trimester	77
Tabel 4.5 Jumlah Total Hubungan Pengetahuan dengan Konsumsi Ibu saat Hamil	78

DAFTAR LAMPIRAN

Kuesioner Karakteristik Sampel	91
Kuesioner Pengetahuan Ibu	92
Kuesioner Konsumsi Ibu	96
Hasil Uji Univariat	97
Hasil Uji Bivariat	98
Hasil Uji Validitas Pengetahuan	100
Hasil Uji Validitas Konsumsi	102

