

## HUBUNGAN KARAKTERISTIK DAN TINGKAT PENGETAHUAN DENGAN PRAKTIK GIZI PADA IBU HAMIL TRIMESTER III

Ana Nata Tanjung S. Ruing<sup>1</sup>, Regina Vidya Trias Novita<sup>2</sup>, Ainum Jhariah Hidayah<sup>3</sup>  
<sup>1,2</sup> Program Studi Keperawatan Program Sarjana Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sint Carolus  
<sup>3</sup>Unit Pelayanan Terpadu HIV, RSCM  
Corresponding email: reginanovita04@gmail.com

### Abstrak

Pengetahuan tentang konsumsi makanan sehat, khususnya protein selama kehamilan, sangat penting, karena dapat mempengaruhi sikap dan perilaku wanita hamil dalam mengonsumsi makanan hariannya yang berdampak pada kejadian komplikasi selama kehamilan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan karakteristik dan pengetahuan ibu dengan praktik konsumsi gizi seimbang di Puskesmas Nagi Larantuka Flores Timur. Metode penelitian ini kuantitatif dengan desain *crosssectional*. Sampel penelitiannya adalah ibu hamil trimester III berjumlah 137 responden. Alat pengumpul data berupa kuesioner yang telah diuji coba validitas dan reliabilitasnya. Analisis data dengan uji *Chi-Square*. Kesimpulan penelitian menunjukkan pengetahuan dengan kategori pengetahuan baik 56,2%. Ada hubungan signifikan antara usia ( $p < 0.000$ ), pendidikan ( $p < 0.000$ ) dan pengetahuan ( $p < 0.023$ ) dengan praktik konsumsi gizi seimbang. Tidak ada hubungan yang signifikan antara gravida ( $p < 0.801$ ) dengan praktik konsumsi gizi seimbang. Saran praktik konsumsi gizi seimbang pada ibu hamil trimester ketiga diperlukan implementasi kerjasama antar lintas sektoral tenaga kesehatan dan kader sebagai rekomendasi untuk penelitian selanjutnya.

**Kata kunci:** Gravida, pendidikan, pengetahuan, praktik konsumsi gizi seimbang, usia.

### Abstract

*Knowledge of healthy food consumption, especially protein intake during pregnancy, is very important for pregnant women, because it can influence the attitudes and behavior of pregnant women in consuming daily food which can affect the incidence of complications during pregnancy. The aim of this study was to determine the relationship between maternal characteristics and knowledge levels with the practice of balanced nutrition consumption at the Nagi Larantuka Health Center, East Flores. This study used a quantitative method with a cross-sectional design. The research sample was pregnant women in the 3<sup>rd</sup> trimester with a total sample of 137 respondents. The data collection tool with a questionnaire that has been tested for validity and reliability. Data analysis used the Chi-Square. The results showed that 56.2% mothers with good knowledge. There was a significant relationship between age ( $p < 0.000$ ), education ( $p < 0.000$ ), and knowledge ( $p < 0.023$ ) with the practice of consuming balanced nutrition, but there is no significant relationship between pregnancy with the practice of consuming balanced nutrition which has ( $p < 0.801$ ). The suggestions for the practice of balanced nutrition consumption for pregnant women in third trimester, needed require cross-sectoral collaboration implementation between health workers and cadre as a recommendation for future research.*

**Keywords :** Age, education, knowledge, nutrition consumption practice, pregnancy.

## PENDAHULUAN

Asupan makanan pada ibu hamil merupakan salah satu kunci dalam mengukur status gizi pada janin yang dikandung. Tujuan dari *Sustainable Development Goals* (SDGs) menjamin kehidupan yang sehat dan meningkatkan kesejahteraan penduduk di segala usia, mencerminkan kapasitas sistem kesehatan untuk mencegah dan mengatasi komplikasi yang terjadi selama kehamilan dan persalinan secara baik. Indikator rasio dan kematian ibu ini juga menyoroti kurangnya asupan gizi dan kesehatan perempuan secara umum dan mencerminkan kurangnya pemenuhan hak reproduksi mereka sehingga menyebabkan kehamilan yang buruk dan berulang (SDGs, 2015).

Selama masa kehamilan, terjadi peningkatan metabolisme energi. Peningkatan zat gizi pada ibu hamil bertujuan untuk pertumbuhan dan perkembangan pada janin. Pada masa kehamilan mengalami kekurangan gizi maka akan berdampak pada janin tumbuh tidak sempurna, bayi lahir mati, prematur, berat badan lahir rendah (BBLR) dan terjadi komplikasi pada ibu antara lain anemia, kekurangan energi kronis (KEK), *hemoragic post partum* (HPP), angka kematian ibu (AKI) (Sulistiyanti & Andarwati, 2016). Berdasarkan *World Health Organization* (WHO), angka kematian ibu adalah kematian selama kehamilan sampai berakhirnya masa kehamilan, ini di sebabkan oleh kurangnya penanganan dan penyakit penyerta saat masa kehamilan. Informasi mengenai angka kematian ibu akan sangat bermanfaat bagi ibu hamil untuk meningkatkan kesehatan dan pengetahuan ibu tentang gizi, terutama pelayanan persalinan yang aman serta mencegah terjadinya komplikasi selama kehamilan (Chalid, 2016).

Asia tenggara menunjukkan proporsi angka kematian ibu tertinggi pertama yaitu di negara Laos sebesar 357 per 100.000 kelahiran hidup, menempati posisi kedua yaitu negara

Indonesia sebesar 305 per 100.000 kelahiran hidup, pada posisi ketiga di negara Philippines yaitu 221 per 100.000 kelahiran hidup. Angka kematian ibu di Indonesia mencapai 305 per 100.000 kelahiran hidup, pada angka ini tiga kali lipat lebih tinggi dari pada target MDGS Indonesia yaitu 102 per 100.000 kelahiran hidup (ASEAN Statistical, 2017). Ibu akan mengalami perdarahan terus menerus selama 48 jam pasca melahirkan dan terlambat untuk di tangani maka akan mengakibatkan kematian pada ibu (Cim, et al., 2017). Penyebab kematian ibu ada 3 yaitu perdarahan yang terjadi karena infeksi, preeklamsia, dan anemia. Ibu hamil sangat rentan mengalami anemia dikarenakan kurang mengkonsumsi zat besi (Kafiyanti & Muhartati, 2016). Proporsi Anemia pada ibu hamil di Indonesia di tahun 2013 sebesar 37,1% dan pada tahun 2018 mengalami peningkatan sebesar 48,9%, dan yang menyebabkan terjadinya anemia yaitu kurang mengkonsumsi nutrisi yang teratur dan mengalami KEK (Yogi, Setiawan, & Hastuti, 2018). Berdasarkan data Riskesdas 2018 proporsi KEK pada ibu hamil di Indonesia secara umum sebesar 17,3%, sedangkan angka tertinggi proporsi KEK berada di NTT sebesar 36,8%. KEK merupakan keadaan ibu hamil mengalami kekurangan asupan zat gizi atau makanan yang berlangsung selama kehamilan yang menimbulkan kesehatan pada ibu hamil terganggu (Handayani dan Budianingrum 2015).

Ibu hamil yang mengalami KEK kurang mengkonsumsi zat gizi mikro yaitu vitamin A, asam folat, kalsium, yodium, vitamin D, zat besi, zat gizi makro yaitu protein, karbohidrat, lemak (Sugihantono 2016). Penyebab terjadinya KEK yaitu pengetahuan ibu tentang asupan gizi, tingkat pendidikan yang rendah, dan pendapatan keluarga yang tidak memadai. Penyebab lainnya adalah terlalu sering hamil akan mengakibatkan terkurasnya cadangan zat gizi tubuh, hal ini membuat ibu tidak memperoleh kesempatan untuk memperbaiki tubuh setelah melahirkan dan, usia ibu yang kurang dari 20 tahun dan lebih dari 35 tahun (Handayani and Budianingrum

2015). Pemerintah pun melakukan usaha pada ibu hamil yang mengalami KEK dengan mengukur indeks masa tubuh (IMT), nilai normal IMT yaitu 18,5 – 24,9. Ibu hamil yang memiliki IMT di bawah 18,5 sebelum kehamilan maka disarankan untuk menaikkan berat badan sampai 12,5–18 kg, bagi ibu hamil yang IMT nya 25–29,9 sebelum kehamilan maka menaikkan berat badan hanya 7–11,5 kg. Mengukur lingkaran lengan atas (LILA) pada ibu hamil pun perlu dilakukan, nilai normal LILA yaitu 23,5 ibu hamil dengan LILA kurang dari 23,5 mendapatkan makanan tambahan dalam bentuk lokal yang diberikan minimal 90 hari makan ibu (HMI) secara rutin (Depkes, 2015). Usaha lainnya juga yaitu membuka kelas ibu hamil terutama bagi ibu hamil beresiko yaitu untuk peningkatan pengetahuan, perubahan perilaku dan sikap ibu dalam masa kehamilan (Sugihantono 2016).

Meningkatkan pengetahuan ibu hamil juga penting dalam asupan zat gizi, dan segera melaporkan ke petugas kesehatan apabila terjadi keluhan yang tidak pernah dirasakan di luar kebiasaan (Solehati, dkk, 2018). Pengetahuan mengenai nutrisi seimbang sebelum kehamilan pun harus di tanamkan pada wanita yang mau memulai kehamilan (*Pre conception care*), melalui media masa atau buku panduan untuk mendukung wanita untuk mengkonsumsi nutrisi yang sehat sebelum memulai kehamilan, agar bayi yang di lahirkan sehat dan membantu mengurangi penyakit penyerta (Funnell et al,2018). Di samping itu pengetahuan gizi yang sangat rendah selama kehamilan maka akan sangat mungkin terjadi kenaikan berat badan yang tidak diinginkan, maka ibu perlu mendapatkan pendidikan gizi yang baik selama kehamilan (Bookari, Yeatman, & Williamson, 2016).

Pengetahuan mengenai konsumsi makanan yang sehat terkhususnya asupan protein selama kehamilan sangatlah penting bagi ibu hamil, karena pengetahuan dapat mempengaruhi sikap dan perilaku ibu hamil dalam mengkonsumsi makanan sehari-hari hingga menyebabkan

komplikasi selama kehamilan. Kabupaten Flores Timur terkhususnya di Larantuka merupakan wilayah kepulauan yang letaknya berada pada daerah tepi pantai, dengan penghasilan di bidang perikanan dan kelautan. Data Puskesmas Nagi Larantuka 2018 diketahui terdapat 86 ibu hamil yang mengalami KEK, ini merupakan kasus terbanyak dari 2 puskesmas yang ada di Larantuka, ibu hamil di dapatkan bahwa tidak tahu bagaimana cara pemilihan makanan yang baik dan benar. Maka peneliti tertarik melakukan penelitian tentang hubungan karakteristik dan pengetahuan ibu dengan praktik konsumsi gizi seimbang pada hamil trimester III di Puskesmas Nagi Larantuka, Flores timur.

## **METODE**

Penelitian menggunakan pendekatan metode kuantitatif dan desain deskriptif korelasi *cross sectional*. Variabel independen usia, pendidikan, pekerjaan, gravida, pengetahuan dan variabel dependen yaitu praktik konsumsi gizi seimbang. Uji yang digunakan untuk analisis bivariat ini adalah menggunakan *Chi square* untuk menguji perbedaan proporsi dari beberapa kelompok. Teknik sampling menggunakan *non-probability sampling* yaitu *purposive sampling*, berjumlah 137 responden ditentukan juga menggunakan rumus Slovin. Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah ibu hamil yang primigravida – multigravida, trimester III, bersedia menjadi responden, tercatat di wilayah kerja Puskesmas Nagi Larantuka dan ibu yang bisa baca dan tulis. Hasil uji validitas kuesioner pengetahuan di Puskesmas OKA yang terdiri dari 30 pertanyaan didapatkan 12 pertanyaan yang valid, nilai r tabel 0,374 dan nilai *Cronbach's Alpha* 0,518 dan hasil uji validitas kuesioner praktik konsumsi gizi seimbang selama kehamilan nilai r tabel 0,378 dan nilai *Cronbach's Alpha* 0,508. Hasil uji validitas kuesioner pengetahuan gizi seimbang selama kehamilan di Puskesmas Waimana yang terdiri dari 30 pertanyaan didapatkan 23

pertanyaan yang valid, nilai *Cronbachh's Alpha* 0,848 dan hasil uji validitas kuesioner praktik konsumsi gizi seimbang selama kehamilan yang terdiri dari 20 pertanyaan didapatkan 18 pertanyaan yang valid, nilai *Cronbachh's Alpha* 0,949.

Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Nagi Larantuka Kabupaten Flores Timur, penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juli 2020. Penelitian ini sudah melalui uji etik dengan nomer 017/KEPPKSTIKSC/II/2020. Etika Penelitian berdasarkan standar 7 nilai kelaikan etik pedoman dan standar penelitian dan pengembangan kesehatan nasional menurut KEPPKN menjabarkan lebih lanjut mengenai 3 prinsip dasar etik yang pertama menghormati harkat martabat manusia (*respect for persons*), prinsip berbuat baik (*beneficence*) dan tidak merugikan (*non-maleficence*), keadilan (*justice*).

## HASIL

### Analisis Univariat

**Tabel 1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan Karakteristik di Puskesmas Nagi Kabupaten Flores Timur Tahun 2020**

Karakteristik	n	%
<b>Usia</b>		
< 20 tahun	27	19,7
20-35 tahun	98	71,5
>35 tahun	12	8,8
<b>Pendidikan</b>		
Dasar (SD-SMP)	25	18,2
Menengah (SMA/ Sederajat)	54	39,4
Tinggi (Diploma, Sarjana)	58	42,4
<b>Gravida</b>		
Primigravida	43	31,4
Multigravida	94	68,6
<b>Total</b>	137	100

Sumber data: Olahan peneliti 2020.

Tabel 1 menunjukkan mayoritas usia ibu trimester III adalah sekitar 20–35 tahun sebanyak 98 ibu (71,5%). Pendidikan ibu hamil trimester III di puskesmas Nagi mayoritas adalah Pendidikan Tinggi (Diploma, Sarjana) sebanyak 58 ibu (42,3%). Pekerjaan responden yang bekerja sejumlah 69 (50,4%) dan yang tidak bekerja berjumlah 68 (49,6%). gravida responden di puskesmas Nagi mayoritas adalah responden yang Multigravida sebanyak 94 (68,6%), sedangkan yang Primigravida hanya 43 ibu (31,4%).

**Tabel 2 Distribusi frekuensi responden berdasarkan Pengetahuan dan Praktik tentang konsumsi gizi seimbang di Puskesmas Nagi Kabupaten Flores Timur Tahun 2020**

<b>Pengetahuan</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Baik (>76-100%)	77	56,2
Cukup (56-75%)	58	42,3
Kurang(<56%)	2	1,5
<b>Total</b>	<b>137</b>	<b>100</b>
<b>Praktik</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Baik (>80%)	60	43,8
Sedang (60-80%)	72	52,6
Kurang(<60%)	5	3,6
<b>Total</b>	<b>137</b>	<b>100</b>

Sumber data: Olahan peneliti 2020.

Tabel 2 merupakan gambaran dari pengetahuan ibu hamil trimester III di puskesmas Nagi kabupaten flores timur. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas pengetahuan ibu adalah baik yaitu jika nilainya (>76-100%) sebanyak 77 ibu (56,2%). Adapun pengetahuan ibu cukup yaitu jika nilainya (56-75%) sebanyak 58 ibu (42,3%), pengetahuan ibu kurang jika nilainya Kurang(<56%) sebanyak 2 ibu (1,5%). Praktik konsumsi gizi ibu hamil trimester III di puskesmas Nagi kabupaten flores timur. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas praktik ibu adalah sedang yaitu jika nilainya (60-80%) sebanyak 72 ibu (52,6%). Adapun praktik ibu baik yaitu jika nilainya (>80%) sebanyak 60 ibu (43,8%), praktik ibu kurang jika nilainya Kurang(<60%) sebanyak 5 ibu (3,6%).

### Analisis Bivariat

Analisa Bivariat di lakukan untuk mengetahui Hubungan Karakteristik ibu dan pengetahuan dengan Praktik Konsumsi Gizi Seimbang Selama Kehamilan di Puskesmas Nagi Kabupaten Flores Timur. Analisa bivariat ini menggunakan uji *Chi Square*.

**Tabel 3 Analisis Hubungan Usia dengan Praktik Konsumsi Gizi Seimbang di Puskesmas Nagi Kabupaten Flores Timur Tahun 2020**

Usia ibu	Kategori Praktik						Total	<i>P value</i>
	Baik		Sedang		Kurang			
	n	%	N	%	n	%	n	
<20 tahun	4	14,8	18	66,7	5	18,5	27	100
20-35 tahun	47	48,0	51	52,0	0	0,0	98	100
>35 tahun	9	75,0	3	25,0	0	0,0	12	100
Total	60	43,8	72	52,6	5	3,6	137	100

Sumber data: Olahan peneliti 2020.

**Tabel 4 Analisis Hubungan Pendidikan dengan Praktik Konsumsi Gizi Seimbang di Puskesmas Nagi Kabupaten Flores Timur Tahun 2020**

Pendidikan	Kategori Praktik						Total	<i>P value</i>
	Baik		Sedang		Kurang			
	n	%	N	%	n	%	n	
Dasar	7	41,2	8	47,1	2	11,8	17	100
Menengah	18	26,5	48	70,6	2	2,9	68	100
Tinggi	35	67,3	16	30,8	1	1,9	52	100
Total	60	43,8	72	52,6	5	3,6	137	100

Sumber data: Olahan peneliti 2020.

**Tabel 5 Analisis Hubungan Gravida dengan Praktik Konsumsi Gizi Seimbang di Puskesmas Nagi Kabupaten Flores Timur Tahun 2020**

Gravida	Kategori Praktik						Total	P value
	Baik		Sedang		Kurang			
	N	%	N	%	n	%	n	%
Primigravida	20	46,5	21	48,8	2	4,7	43	100
Multigravida	40	42,6	51	54,3	3	3,2	94	100
Total	60	43,8	72	52,6	5	3,6	137	100

Sumber data: Olahan peneliti 2020.

**Tabel 6 Analisis Hubungan Pengetahuan dengan Praktik Konsumsi Gizi Seimbang di Puskesmas Nagi Kabupaten Flores Timur Tahun 2020**

Pengetahuan	Kategori Praktik						Total	P value
	Baik		Sedang		Kurang			
	N	%	N	%	n	%	n	%
Baik	43	55,8	32	41,6	2	2,6	777	100
Cukup	17	29,3	38	65,5	3	5,2	58	100
Kurang	0	0,0	2	100	0	0,0	2	100
Total	60	43,8	72	52,6	5	3,6	137	100

Sumber data: Olahan peneliti 2020

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian pada tabel 3 menjelaskan mengenai usia dengan praktik konsumsi gizi seimbang. Hasil uji statistik dengan Chi-Square didapatkan nilai *p-value* 0,000 menunjukkan terdapat hubungan usia dengan praktik konsumsi gizi seimbang di Puskesmas Nagi Kabupaten Flores timur. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Casnuri & Zakiyah (2017), dimana terdapat hubungan antra usia dan status gizi ibu hamil dengan *nilai p-Value* 0,044, semakin tua usia ibu hamil, maka akan berpengaruh terhadap praktik baik dimana ibu akan berusaha memenuhi kebutuhan gizi yang dibutuhkan oleh tubuhnya. Penelitian ini juga

sejalan dengan dengan hasil penelitian Maulidiyah, Fitrah, & Probowati (2016) menunjukkan usia 20-35 tahun merupakan usia reproduksi dimana memerlukan kalori dan zat gizi lebih dari biasanya. Usia yang matang tersebut membuat ibu mampu melakukan praktik baik dalam mengkonsumsi makanan diiringi dengan pengetahuan yang cukup. Sebaliknya, usia kurang dari 20 tahun dan lebih dari 30 tahun yang merupakan usia beresiko, apabila ibu tidak melakukan praktik baik dalam konsumsi makanan maka perkembangan janin pun akan bermasalah walaupun ibu memiliki pengetahuan baik..

Peneliti berasumsi bahwa dalam penelitian ini usia reproduksi bagi seorang ibu hamil adalah usia 20-35 tahun karena mempunyai pola pikir yang matang sehingga ibu akan lebih mudah mengaplikasikan praktik konsumsi gizi seimbang. Usia kurang 20 tahun dan lebih dari 35 tahun, dimana merupakan golongan usia beresiko karena baik secara fisiologis dan psikologis banyak tantangan yang harus dihadapi Oleh karena itu membutuhkan bimbingan dalam konsumsi makanan selama kehamilan agar dapat berpraktik baik, sehingga keadaan kesehatan yang optimal baik ibu dan janin dapat bertumbuh dan berkembang dengan baik.

Hasil penelitian pada tabel 4 menjelaskan mengenai pendidikan dengan praktik konsumsi gizi seimbang. Hasil uji statistik dengan *Chi-Square* menunjukkan bahwa nilai  $p (< 0,05)$ . Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan pendidikan dengan praktik konsumsi gizi seimbang di Puskesmas Nagi Kabupaten Flores timur. Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Idealistiana & Simanjuntak (2019), dimana terdapat hubungan pendidikan dengan perilaku pola makan selama kehamilan pada ibu hamil menggunakan analisis *Chi Square*, nilai *p-value*  $0,00 < 0,05$ . Dihubungkan dengan praktik konsumsi makanan selama kehamilan, Tingkat pendidikan juga mempunyai hubungan dengan tingkat kesehatan. Semakin tinggi tingkat pendidikan semakin mudah menerima konsep hidup sehat secara mandiri, kreatif dan berkesinambungan. Tingkat

Pendidikan juga sangat mempengaruhi kemampuan dalam menerima informasi gizi seimbang, menentukan atau mempengaruhi mudah tidaknya seseorang menerima suatu pengetahuan, semakin tinggi pendidikan maka seseorang akan lebih mudah menerima informasi gizi, dan mempraktekannya.

Peneliti berasumsi pendidikan sangat mempengaruhi ibu dalam melakukan praktik baik dalam mengkonsumsi makanan selama kehamilan. Tingkat pendidikan ibu sangat mempengaruhi perilaku untuk bertindak dalam memilih makanan yang terbaik untuk dirinya dan janin seiring dengan informasi dan pengetahuan yang dimiliki, sehingga asupan gizi menjadi lebih baik.

Hasil penelitian pada tabel 5 nilai *p-value* sebesar 0,801 maka tidak ada hubungan gravida dengan praktik konsumsi gizi seimbang selama kehamilan. Penelitian ini didukung oleh Siregar, Hiola, & Nurfatimah (2019), dimana hasil analisis diperoleh *p value* 0,661 ( $p > 0,05$ ) yang berarti tidak terdapat hubungan gravida ibu dengan kejadian anemia pada ibu hamil trimester III, pada ibu yang multigravida sudah mampu beradaptasi dan sudah mempunyai pengalaman terhadap gizi seimbang selama kehamilan, sedangkan ibu yang primigravida sudah mendapatkan informasi seputar gizi yang dipenuhi selama kehamilan pada jenjang sekolah. Kesiapan psikologis setelah mendapatkan pengetahuan yang baik akan menghasilkan praktik konsumsi gizi seimbang yang baik. Penelitian ini tidak sejalan oleh Sari & Romlah (2019) yaitu ibu primigravida pada penelitian ini memiliki konsumsi gizi seimbang yang baik karena pada kehamilan pertama kali cenderung memperhatikan kondisi bayinya yang sudah ditunggu kehadirannya sehingga ibu memperhatikan nutrisi yang ibu peroleh. Ibu Multigravida sering kali perhatiannya terbagi kepada anak yang lain, sehingga Ibu kadang kurang memperhatikan gizi seimbang dan kondisi kehamilannya.

Menurut peneliti, tidak ada hubungan antara gravida dengan praktik konsumsi gizi seimbang pada ibu hamil karena kehamilan pertama merupakan pengalaman yang menyebabkan perubahan sosial dan psikologis yang besar, sehingga ibu hamil pertama kali akan menyerap banyak informasi melalui keluarga dan tenaga kesehatan sehingga mempengaruhi praktik baik dalam konsumsi gizi, sedangkan ibu multigravida mempraktikkan konsumsi gizi selain dari informasi petugas kesehatan dan keluarga juga dari pengalaman.

Hasil penelitian pada tabel 6 menjelaskan mengenai pengetahuan dengan praktik konsumsi gizi seimbang. Hasil uji statistik didapatkan nilai *p-value* 0,023 menunjukkan adanya hubungan pengetahuan dengan praktik konsumsi gizi seimbang di Puskesmas Nagi Kabupaten Flores timur. Penelitian ini sejalan dengan Dafiu, Maryani, & Estiwidani (2017), di dapatkan ada hubungan antara pengetahuan gizi ibu dengan status gizi ibu hamil dengan hasil *p.value* 0,000. Ibu yang mempunyai kemampuan mengingat informasi tentang gizi mempunyai pengetahuan yang baik. Disamping itu, pengetahuan dapat mempengaruhi status gizi pada ibu hamil. Semakin tinggi tingkat pengetahuan ibu tentang gizi maka semakin tinggi status gizi ibu hamil. Rendahnya pengetahuan gizi dapat menyebabkan terjadinya kesalahan dalam memilih jenis makanan yang memenuhi syarat gizi.

Menurut peneliti, selama kehamilan dimana ibu mempersiapkan dengan matang, dengan usia yang cukup untuk bereproduksi maka seiring dengan bertambahnya pengetahuan seputar kehamilan, hal ini akan mempengaruhi dalam perilaku memilih makanan yang baik untuk dikonsumsi atau praktik konsumsi gizi yang baik.

## SIMPULAN

Ibu Trimester III berjumlah total 137 di Puskesmas Nagi Kabupaten Flores Timur. Hasil analisis terdapat hubungan usia (0.000), pendidikan (0.000) dan pengetahuan (0.023) dengan praktik konsumsi gizi seimbang. Tidak ada hubungan signifikan antara pekerjaan dan gravida ( $p\text{-value}>0,05$ ) dengan praktik konsumsi gizi seimbang. Perlunya pemberian informasi terus menerus yang dapat dilakukan oleh tenaga dan kader Kesehatan, bertambahnya pengetahuan diharapkan dapat merubah perilaku praktik konsumsi gizi seimbang pada ibu dan keluarga.

## DAFTAR PUSTAKA

- ASEAN Statistical. (2017). Maternal mortality ratio. *ASEAN Statistical Report on Millennium Development Goals 2017*, 38.
- Bookari, K., Yeatman, H., & Williamson, M. (2016). Exploring Australian women's level of nutrition knowledge during pregnancy: a cross-sectional study. *International journal of women's*.
- Casnuri, & Zakiyah, Z. (2017). Hubungan Umur, Paritas, Jarak Kehamilan, Terhadap Status Gizi Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Wilayah Yogyakarta . *The Shine Cahaya Dunia D-Iii Keperawatan*, 50.
- Chalid, M. T. (2016). Upaya Menurunkan Angka Kematian Ibu: Peran Petugas Kesehatan. *PT. Gakken Heal. Educ. Indonesia*, 1-8.
- Cim, N., Elci, E., Sayan, S., Elçi, G. G., Aksin, Ş., & Yıldızhan, R. (2017). Trends and causes of maternal mortality in Eastern province of Turkey. *Eastern Journal Of Medicine*, 199.
- Dafiu, T. R., Maryani, T., & Estiwidani, D. (2017). *Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Gizi Kehamilan Dengan Kejadian Kurang Energi Kronik (Kek) Pada Kehamilan Di Kota Yogyakarta Tahun 2017* (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta).
- Funnell, G., Naicker, K., Chang, J., Hill, N., & Kayyali, R. (2018). A cross-sectional survey investigating women's information sources, behaviour, expectations, knowledge and level of satisfaction on advice received about diet and supplements before and during pregnancy. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 8.
- Handayani, S., & Budianingrum, S. (2015). Analisis faktor yang mempengaruhi kekurangan energi kronis pada ibu hamil di wilayah Puskesmas Wedi Klaten. *INVOLUSI Jurnal Ilmu Kebidanan (Journal of Midwifery Science)*, 1(1).

- Idealistiana, L., & Simanjuntak, R. H. (2019). Pengetahuan, Pendidikan, Umur Hubungannya Dengan Perilaku Pola Makan Selama Kehamilan Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Aren Jaya Kota Bekasi. *Jurnal Antara Kebidanan*, 26.
- Kafiyanti, N., & Muhartati, M. (2016). Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Anemia Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Jetis Yogyakarta. *Universitas Aisyiyah Yogyakarta*, 6-8.
- Maulidiyah, D. S., Fitrah, S., & Probowati, R. (2016). Gambaran Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Ibu Hamil Di Desa Kebondalem Kecamatan Bareng Kabupaten Jombang. *Jurnal Ilmiah Kebidanan (Scientific Journal of Midwifery)*, 5.
- Novita, R. V. T., Astuti, N. Y., & Susilo, W. (2018). The effectiveness of “calming baby tips” in overcoming crying babies. *Journal of Maternity Care and Reproductive Health*, 1(2).
- Sari, A. P., & Romlah. (2019). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester Iii . *Journal of Telenursing*.
- Siregar, N. Y., & Hiola, S. (2019). Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia dalam Kehamilan Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Mapane. *Poltekita: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 13(2), 69-75.
- Solehati, T., Sari, C. W. M., Lukman, M., & Kosasih, C. E. (2018). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Deteksi Dini Dan Pencegahan Anemia Dalam Upaya Menurunkan AKI Pada Kader Posyandu. *Jurnal Keperawatan Komprehensif*, 4(1), 7-12.
- Sugihantono, Anung. (2016). "Persentase ibu hamil Kurang Energi Kronis (KEK)." *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*, 15.
- Yogi, E. D., Setiawan, S. A., & Hastuti, S. D. (2018). Hubungan Paritas dengan Kejadian Perdarahan pada Ibu Post Partum di Desa Klagen Serut Kecamatan Jiwan Madiun. *Jurnal Delima Harapan*, 32.