

**PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG GIZI SELAMA  
KEHAMILAN DI DESA SIALANG JAYA KECAMATAN  
RAMBAH KABUPATEN ROKAN HULU**

**KARYA TULIS ILMIAH**

Disusun Untuk Memenuhi Syarat Memperoleh Gelar  
Ahli Madya Kebidanan Program Studi D-III Kebidanan  
Universitas Pasir Pengaraian



Oleh :  
**MIA WIDIYASTUTI**  
**NIM. 1800004**

**PROGRAM STUDI D III KEBIDANAN  
FAKULTAS KESEHATAN DAN KECANTIKAN  
UNIVERSITAS PASIR PENGARAIAN  
TAHUN 2021**

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis Ilmiah :  
Nama : Mia Widiyastuti  
Judul : Pegetahuan Ibu Hamil Tentang Gizi Selama Kehamilan  
Di Desa Sialang Jaya Kecamatan Rambah Kabupaten  
Rokan Hulu.  
NIM : 1800004

Karya Tulis Ilmiah ini, telah diperiksa, disetujui, dan dinyatakan memenuhi syarat untuk dipertahankan dihadapan Tim Penguji Karya Tulis Ilmiah Program Studi D-III Kebidanan Fakultas Kesehatan Dan Kecantikan Universitas Pasir Pengaraian.

Pasir pengaraian, 23 Juli 2021

Menyetujui,  
Pembimbing



**EKA YULI HANDAYANI, M. Kes**  
**NIDN.1024098801**

**HALAMAN PENGESAHAN**

Karya Tulis Ilmiah dengan judul  
Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Gizi Selama Kehamilan Di Desa Sialang  
Jaya Kecamatan Rambah Kabupaten Rokan Hulu

Yang dipersiapkan dan dipertahankan oleh:

**MIA WIDIYASTUTI**  
**NIM. 1800004**

Telah diuji dan dipertahankan di hadapan Tim Penguji Karya Tulis Ilmiah  
Pada tanggal Maret 2021 dan  
Dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

Ketua Penguji

**EKA YULI HANDAYANI, SST, M.Kes**  
**NIDN.1024098801**

Penguji I



**HENY SEPDUWIANA, M. Kes**  
**NIDN. 8879250017**

Penguji II



**ERMIZA, S. SiT., M. Biomed**  
**NIDN.1022047801**

Pasir Pengaraian, 26 Juli 2021  
Ketua Program Studi D III Kebidanan  
Universitas Pasir Pengaraian



**SRI WULANDARI, MPH**  
**NIDN. 1004028501**

## DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama Lengkap : Mia Widiyastuti

Nim : 1800004

Tempat/tanggal lahir : Sei-deras, 31 Juli 1999

Agama : Islam

Jumlah Saudara : 5 orang, anak ke-2

Alamat Rumah : Sei-deras, Desa Suka Maju Kecamatan Rambah  
Kabupaten Rokan Hulu.

Alamat e-mail : [miawidiyastuti31@gmail.com](mailto:miawidiyastuti31@gmail.com)

Riwayat Pendidikan : 1. SD Negeri 014 Rambah, lulus tahun 2012  
2. SMP Muhammadiyah Rambah, lulus tahun  
2015  
3. SMA Negeri 3 Rambah, lulus tahun 2018

PROGRAM STUDI D-III KEBIDANAN

UNIVERSITAS PASIR PENGARAIAN

Karya Tulis Ilmiah, 27 Juli 2021

Mia Widiyastuti

**Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Gizi Selama Kehamilan Di Desa Sialang Jaya Kecamatan Rambah Kabupaten Rokan Hulu.**

xii + 75 halaman, 10 tabel, 1 gambar, 7 lampiran

**ABSTRAK**

Gizi adalah suatu proses penggunaan makanan yang dikonsumsi secara normal. Gizi dalam kehamilan adalah makanan sehat dan seimbang yang harus dikonsumsi selama kehamilan. Penilaian status gizi ibu hamil bisa diketahui dengan adanya pertambahan berat badan selama hamil, mengukur lingkaran lengan atas (LLA), dan mengukur Hb. Nutrisi memainkan peranan utama dalam kesehatan ibu dan anak. Status gizi ibu yang buruk akan mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan saat dalam kehamilan. Manfaat gizi seimbang selama kehamilan yaitu memenuhi kebutuhan zat gizi ibu dan janin, mencapai status gizi dalam keadaan normal. Berat badan ibu sebelum hamil dan kenaikan berat badan selama hamil kurang (*underweight*) atau lebih (*overweight*) dari normal akan membuat kehamilan menjadi berisiko (*low risk*). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengetahuan ibu hamil tentang gizi selama kehamilan di Desa Sialang Jaya tahun 2021, metode penelitian yang digunakan adalah metode *deskriptif* dengan desain penelitian menggunakan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini yaitu ibu hamil, dengan sampel sebanyak 30 responden. Pengambilan sampel dengan menggunakan Total Sampling. Dalam penelitian ini alat ukur yang digunakan adalah berupa kuesioner sebanyak 20, sedangkan untuk analisa data dilakukan dengan analisis univariat yang menghasilkan distribusi frekuensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa berdasarkan pengetahuan dari 30 responden yang berpengetahuan baik sebanyak 3 responden (10,0%), yang berpengetahuan cukup sebanyak 13 responden (43,3%), dan yang berpengetahuan kurang sebanyak 14 responden (46,7%). Kesimpulan dari penelitian yang dilakukan peneliti adalah rata-rata pengetahuan ibu hamil tentang gizi selama kehamilan di Desa Sialang Jaya 2021 berpengetahuan kurang. Untuk meningkatkan pengetahuan seharusnya ibu hamil mendapatkan informasi langsung dari tenaga kesehatan, sosial media, lingkungan dan lain-lain yang berhubungan dengan ibu hamil.

Daftar Pustaka : 18 (2010-2020)

Kata Kunci : Pengetahuan, Gizi

D-III MIDWIFE STUDY PROGRAM

UNIVERSITY OF PASIR PENGARAIAN

Scientific Writing, 27 July 2021

Mia Widiyastuti

**Knowledge of Pregnant Women About Nutrition During Pregnancy in Sialang Jaya Village, Rambah District, Rokan Hulu Regency.**

xii + 75 pages, 10 tables, 1 picture, 7 attachments

ABSTRACT

Nutrition is a process of using food that is consumed normally. Nutrition in pregnancy is a healthy and balanced diet that must be consumed during pregnancy. Assessment of the nutritional status of pregnant women can be known by the presence of weight gain during pregnancy, measuring the upper arm circumference (LILA), and measuring Hb. Nutrition plays a major role in maternal and child health. Poor maternal nutritional status will affect growth and development during pregnancy. The benefits of balanced nutrition during pregnancy are meeting the nutritional needs of the mother and fetus, achieving nutritional status under normal circumstances. Maternal weight before pregnancy and weight gain during pregnancy is less (underweight) or more (overweight) than normal will make pregnancy a risk (low risk). This study aims to determine the knowledge of pregnant women about nutrition during pregnancy in Sialang Jaya Village in 2021, the research method used is a descriptive method with a cross sectional research design. The population in this study were pregnant women, with a sample of 30 respondents. Sampling using Total Sampling. In this study, the measuring instrument used was in the form of a questionnaire as many as 20, while the data analysis was carried out by univariate analysis which resulted in a frequency distribution. The results showed that based on the knowledge of 30 respondents who had good knowledge as many as 3 respondents (10.0%), 13 respondents with sufficient knowledge (43.3%), and those with less knowledge were 14 respondents (46.7%). The conclusion from the research conducted by researchers is that the average knowledge of pregnant women about nutrition during pregnancy in Sialang Jaya Village 2021 is less knowledgeable. To increase knowledge, pregnant women should get information directly from health workers, social media, the environment and others related to pregnant women.

Bibliography : 18 (2010-2020)

Keywords : Knowledge, Nutrition

## **KATA PENGANTAR**

Dengan mengucapkan puji syukur kehadirat Allah SWT atas limpah rahmat dan hidayah- Nya sehingga Karya Tulis Ilmiah dengan judul “Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Gizi Selama Kehamilan Di Desa Sialang Jaya Kecamatan Rambah Kabupaten Rokan Hulu” ini akhirnya dapat diselesaikan dengan baik.

Peneliti menyadari adanya kekurangan dalam Karya Tulis Ilmiah, oleh sebab itu peneliti mengharapkan kritikan dan saran yang membangun untuk kesempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini.

Karya Tulis Ilmiah ini diajukan untuk memenuhi syarat dalam menyelesaikan program Diploma III Kebidanan Universitas Pasir Pengaraian. Dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini, peneliti banyak mendapatkan bantuan dari beberapa pihak oleh sebab itu peneliti mengucapkan terimakasih kepada:

1. Dr. Hardianto, M. Pd selaku Rektor Universitas Pasir Pengaraian.
2. Zulkifli, MH, selaku Rektor I Universitas Pasir Pengaraian.
3. Hidayat, MM, selaku Wakil Rektor II Universitas Pasir Pengaraian.
4. Rika Herawati, SST, M.Kes selaku Dekan Fakultas kesehatan dan Kecantikan Universitas Pasir Pengaraian.
5. Sri Wulandari, MPH selaku Ka. Prodi D-III Kebidanan Universitas Pasir Pengaraian.

6. Eka Yuli Handayani, SST, M.Kes selaku Pembimbing yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, pengarahan dan petunjuk selama menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
7. Heny Sepduwiana, M.Kes selaku penguji I telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, pengarahan dan petunjuk selama menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
8. Ermiza, SST, M.Biomed selaku penguji II telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, pengarahan dan petunjuk selama menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
9. Seluruh Dosen dan Staf Fakultas Kesehatan dan Kecantikan Universitas Pasir Pengaraian yang telah memberikan ilmu kepada penulis selama menempuh perkuliahan.
10. Kedua orang tua tercinta, yang selalu memberikan semangat dan do'a kepada penulis dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
11. Rekan- rekan mahasiswi Universitas Pasir Pengaraian Jurusan Kebidanan yang telah banyak memberikan dorongan moril terhadap penulis dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.



Akhirnya kepada Allah SWT jugalah penulis berserah diri dengan harapan dan do'a semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat dan semoga Allah SWT senantiasa melindungi kita semua, Aamiin.

Pasir Pengaraian, Juli 2021

Peneliti

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING .....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>iv</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xii</b>
<b>BAB 1 PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>7</b>
A. TinjauanTeori.....	7
B. Kerangka Konsep.....	23
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>24</b>
A. Jenis Dan DesainPenelitian.....	24
B. Lokasi Dan WaktuPenelitian.....	24
C. Populasi, Sampel Dan Teknik Sampling.....	25
D. DefinisiOperasional.....	25
E. Instrumen/ AlatPenelitian.....	26
F. MetodePengumpulan Data.....	27
G. MetodePengolahan Dan Analisa Data .....	27
H. EtikaPenelitian .....	29

<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>30</b>
A. Hasil Penelitian .....	30
B. Pembahasan.....	32
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>36</b>
A. Kesimpulan .....	36
B. Saran.....	36
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional .....	26
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Pekerjaan ibu Di Desa Sialang Jaya Kecamatan Rambah Kabupaten Rokan Hulu Tahun 2021 .....	33
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Usia ibu Di Desa Sialang Jaya Kecamatan Rambah Kabupaten Rokan Hulu Tahun 2021 .....	34
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Pendidikan Di Desa Sialang Jaya Kecamatan Rambah Kabupaten Rokan Hulu Tahun 2021.....	34
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Gizi Selama Kehamilan Di Desa Sialang Jaya Kecamatan Rambah Kabupaten Rokan Hulu Tahun 2021.....	32
Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Pengertian Gizi Selama Kehamilan Di Desa Sialang Jaya Kecamatan Rambah Kabupaten Rokan Hulu Tahun 2021.....	35
Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Manfaat Gizi Selama Kehamilan Di Desa Sialang Jaya Kecamatan Rambah Kabupaten Rokan Hulu Tahun 2021.....	36
Tabel 4.7 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Dampak Gizi Kurang Selama Kehamilan Di Desa Sialang Jaya Kecamatan Rambah Kabupaten Rokan Hulu Tahun 2021.....	37
Tabel 4.8 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Jenis-jenis Zat Gizi Selama Kehamilan Di Desa Sialang Jaya Kecamatan Rambah Kabupaten Rokan Hulu Tahun 2021.....	37
Tabel 4.9 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Kenaikan BB Selama Kehamilan Di Desa Sialang Jaya Kecamatan Rambah Kabupaten Rokan Hulu Tahun 2021.....	38

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konsep Penelitian .....	23
---	----

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran I :Izin Penelitian Dari Kampus
- Lampiran II : Izin Penelitian Dari Tempat Penelitian
- Lampiran III : Surat Balasan Sudah Melaksanakan Penelitian
- Lampiran IV :Persetujuan Responden
- Lampiran V : Kuesioner
- Lampiran VI : Master Tabel
- Lampiran VII : Lembar Konsultasi