

**GAMBARAN KARAKTERISTIK, PENGETAHUAN DAN ASUPAN
GIZI IBU HAMIL TRIMESTER I YANG MENGALAMI EMESIS
GRAVIDARUM DI PUSKESMAS WATUBELAH KABUPATEN
CIREBON TAHUN 2023**

Tugas Akhir

Disusun guna mencapai derajat Ahli Madya Gizi



Disusun oleh:

IRANI TRIANANDA

NIM.P20631220053

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLTEKKES KEMENKES TASIKMALAYA
PRODI D III GIZI CIREBON**

2023

**GAMBARAN KARAKTERISTIK, PENGETAHUAN DAN ASUPAN GIZI
IBU HAMIL TRIMESTER I YANG MENGALAMI EMESIS
GRAVIDARUM DI PUSKESMAS WATUBELAH KABUPATEN
CIREBON TAHUN 2023**

Irani Triananda¹, Diah Sri Yuhandini²

INTISARI

Emesis gravidarum atau yang biasa dikenal mual muntah menyebabkan rasa tidak nyaman. Mual dan muntah sering terjadi pada trimester pertama yang biasa terjadi di pagi hari. Ibu hamil sebanyak 50-60% mengalami mual muntah yang dapat mempengaruhi asupan gizi ibu hamil. Pengetahuan tentang gizi dan kesehatan mempengaruhi pola konsumsi makanan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan dan asupan gizi ibu hamil trimester I yang mengalami emesis gravidarum di Puskesmas Watubelah.

Jenis penelitian menggunakan penelitian deskriptif observasional dengan pendekatan cross-sectional. Teknik pengambilannya *accidental sampling* dengan 20 sampel, bertempat di Puskesmas Watubelah Kabupaten Cirebon. Penelitian ini didasarkan pada data primer dan data sekunder. Teknik analisis menggunakan analisis tabel tunggal dan tabel silang.

Hasil penelitian ini didapatkan sebagian besar ibu hamil berada pada kelompok usia 20-35 tahun (95%), paritas ibu hamil tidak berisiko (95%), pendidikan ibu hamil terakhir SMA (70%), pekerjaan ibu hamil tidak bekerja (70%), pengetahuan ibu kategori baik (70%). Asupan energi 85%, protein 55%, lemak 65% dan karbohidrat 100% sangat kurang. Ibu hamil yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 60% namun cenderung asupan energinya masih sangat kurang. Ibu hamil yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 40% cenderung asupan proteinnya sangat kurang. Ibu hamil yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 50% cenderung asupan lemaknya sangat kurang. Ibu hamil yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 100% cenderung asupan karbohidratnya sangat kurang. Dapat disimpulkan pengetahuan ibu sudah baik namun asupan zat gizinya masih sangat kurang. Diharapkan bagi ibu hamil menerapkan porsi kecil tetapi sering untuk memenuhi kebutuhan gizinya.

Kata Kunci: Asupan Gizi, Emesis Gravidarum, Ibu Hamil, Pengetahuan,

1. Mahasiswa Program Studi D III Gizi Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya
2. Dosen Program Studi D III Gizi Cirebon, Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

PRAKATA

Puji syukur kepada Allah Swt karena atas rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan laporan akhir yang berjudul **“Gambaran Karakteristik, Pengetahuan Dan Asupan Gizi Ibu Hamil Trimester I Yang Mengalami Emesis Gravidarum Di Puskesmas Watubelah Kabupaten Cirebon Tahun 2023”**. Sholawat serta salam semoga tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammada saw.

Penulisan tugas akhir ini mendapat bantuan pihak lain. Oleh karena itu, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat Bapak/Ibu/Saudara/i:

1. Ibu Uun Kunaepah, S.ST., M.Si selaku Ketua Prodi DIII Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya Wilayah Cirebon.
2. Ibu Diyah Sri Yuhandini, S.SiT, SKM.MPd selaku pembimbing yang telah memberikan saran serta masukan kepada peneliti
3. Bapak Priyo Sulistiyono, SKM, MKM selaku penguji I yang telah memberikan saran serta masukan kepada peneliti
4. Ibu Dr.Hj.Wiwit Estuti, STP, M.Si, selaku penguji II yang telah memberikan saran serta masukan kepada peneliti
5. Bapak dan Ibu Dosen, staff tata usaha, staf pengelola perpustakaan DIII Gizi Cirebon yang telah memberikan saran dan masukan kepada peneliti
6. Nenekku tercinta Ibu Murniah sebagai pengganti orangtuaku yang telah tiada, senantiasa mencurahkan kasih sayang, dorongan, motivasi dan do'a yang selalu mengiringi dimana penulis berpijak

7. Kedua kakakku Tete Anggi Nurfitriya Ningrum dan Tete Dea Nurtika Fajri, yang telah memberikan dukungan semangat baik moril maupun materil sehingga peneliti dapat menyelesaikan laporan tugas akhir
8. Ega Julianti, Ishmatul Maula, Jihan Aliifah, Siti Lisani Amrillah dan Ulfah Al-Ameriyah yang telah menemani dan membantu dalam perjalanan studiku sampai dengan menyelesaikan tugas akhir ini
9. Teman-teman kelas B yang telah memberikan dukungan semangat dan motivasi untuk terus maju melangkah bersama dalam menyelesaikan tugas akhir
10. Semua pihak yang telah membantu baik langsung maupun tidak langsung dalam penyusunan laporan tugas akhir ini

Penulis membutuhkan kritik dan saran dari pembaca untuk perbaikan dan kesempurnaan tugas akhir yang akan penulis buat pada waktu mendatang. Semoga tugas akhir ini bermanfaat sebagai pengembangan wawasan dan peningkatan ilmu pengetahuan. Penulis berharap semoga karya tulis ini dapat bermanfaat, khususnya bagi penulis sendiri, maupun bagi pengembangan ilmu gizi pada umumnya, serta dijadikan sebagai acuan bagi adik-adik tingkat yang akan menyusun tugas akhir.

Cirebon, Mei 2023

Penulis

Irani Triananda

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
INTISARI	iii
PRAKATA.....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
1. Tujuan Umum	5
2. Tujuan Khusus	5
D. Manfaat Penelitian.....	6
1. Bagi Peneliti.....	6
2. Bagi Masyarakat	6
3. Bagi Institusi	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Tinjauan Teori	8
1. Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil.....	8
2. Asupan Zat Gizi	17
3. Diet Untuk Ibu Hamil	24
4. Pengetahuan	25

B. Kerangka Teori	30
C. Kerangka Konsep	31
BAB III METODE PENELITIAN	32
A. Jenis Penelitian	32
B. Waktu dan Tempat Penelitian	32
C. Populasi dan Sampel.....	32
1. Populasi.....	32
2. Besar Sampel	33
D. Variabel dan Definisi Operasional	33
1. Variabel Penelitian.....	33
2. Definisi Operasional	34
E. Teknik Pengumpulan Data	36
1. Jenis Data.....	36
2. Cara Pengumpulan Data	36
3. Instrumen Penelitian	37
F. Pengolahan dan Analisis Data	38
1. Teknik Pengumpulan Data.....	38
2. Teknik Analisis Data	40
G. Jalannya Penelitian	41
1. Tahap Persiapan	41
2. Tahap Pelaksanaan.....	41
3. Tahap Akhir	42
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	43
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	43
B. Hasil Penelitian.....	44
1. Karakteristik Responden.....	44

2. Pengetahuan Ibu Hamil yang Mengalami <i>Emesis Gravidarum</i> di Puskesmas Watubelah	45
3. Asupan Ibu Hamil yang Mengalami <i>Emesis Gravidarum</i> di Puskesmas Watubelah	45
4. Pengetahuan Ibu hamil yang Mengalami <i>Emesis Gravidarum</i> Terhadap Asupan Energi di Puskesmas Watubelah	46
5. Pengetahuan Ibu hamil yang Mengalami <i>Emesis Gravidarum</i> Terhadap Asupan Zat Gizi di Puskesmas Watubelah.....	47
C. Pembahasan Hasil Penelitian.....	48
1. Karakteristik Responden.....	48
2. Pengetahuan Ibu Hamil yang Mengalami <i>Emesis Gravidarum</i> di Puskesmas Watubelah Tahun 2023	52
3. Asupan Ibu Hamil yang Mengalami <i>Emesis Gravidarum</i> di Puskesmas Watubelah Tahun 2023	53
4. Pengetahuan Ibu hamil yang mengalami <i>Emesis Gravidarum</i> terhadap Asupan Zat Gizi di Puskesmas Watubelah Tahun 2023.....	55
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	57
A. Simpulan.....	57
B. Saran	58
DAFTAR PUSTAKA	60
LAMPIRAN.....	62

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Angka Kecukupan Gizi Ibu Hamil.....	19
Tabel 2. Zat Gizi Ibu Hamil Trimester I	25
Tabel 3. Definisi Operasional	34
Tabel 4. Distribusi Karakteristik Ibu Hamil yang mengalami emesis gravidarum di Puskesmas Watubelah Kabupaten Cirebon.....	44
Tabel 5. Distribusi Pengetahuan Ibu Hamil yang mengalami emesis gravidarum di Puskesmas Watubelah Kabupaten Cirebon.....	45
Tabel 6. Distribusi Asupan Ibu Hamil yang mengalami emesis gravidarum di Puskesmas Watubelah Kabupaten Cirebon.....	45
Tabel 7. Distribusi Pengetahuan Ibu Hamil yang mengalami Emesis Gravidarum Terhadap Asupan Energi di Puskesmas Watubelah.....	46
Tabel 8. Distribusi Pengetahuan Ibu Hamil yang mengalami Emesis Gravidarum Terhadap Asupan Protein di Puskesmas Watubelah.....	47
Tabel 9. Distribusi Pengetahuan Ibu Hamil yang mengalami Emesis Gravidarum Terhadap Asupan Lemak di Puskesmas Watubelah	47

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Tujuh Jenis Makanan yang Paling Banyak di Tabukan	21
Gambar 2. Kerangka Teori.....	30
Gambar 3. Kerangka Konsep	31

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Perizinan.....	62
Lampiran 2. Lembar Penjelasan Sebelum Penelitian.....	63
Lampiran 3. Formulir Persetujuan Responden.....	64
Lampiran 4. Kuesioner Penelitian.....	65
Lampiran 5. Surat Izin Penelitian.....	69
Lampiran 6. Master Tabel.....	71
Lampiran 7. Pengolahan Data Penelitian	74
Lampiran 8. Dokumentasi.....	78