

GAMBARAN PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG GIZI SELAMA KEHAMILAN DI SENTRU
SAUDE KOMUNITARIA (SSK) SAME MUNICIPIO DE MANUFAHI TIMOR-LESTE



SKRIPSI

Disusun Oleh :

Saturnina Soares

NIM :157232077

PROGRAM STUDI KEBINANAN PROGRAM SARJANA FAKULTAS KESEHATAN UNIVERSITAS
NGUDI WALUYO BULAN FEBREIRU TAHUN 2025.

GAMBARAN PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG GIZI SELAMA KEHAMILAN DI SENTRU
SAUDE KOMUNITARIA (SSK) SAME MUNICIPIO DE MANUFAHI TIMOR-LESTE



SKRIPSI

Disusun Oleh :

Saturnina Soares

N I M :157232077

PROGRAM STUDI KEBINANAN PROGRAM SARJANA FAKULTAS KESEHATAN UNIVERSITAS
NGUDI WALUYO BULAN FEBREIRU TAHUN 2025.

GAMBARAN PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG GIZI SELAMA KEHAMILAN DI SENTRU
SAUDE KOMUNITARIA (SSK) SAME MUNICIPIO DE MANUFAHI TIMOR-LESTE
BULAN FEBRUARI TAHUN 2025

Disusun Oleh :

NAMA : SATURNINA SOARES
NIM : 157232077

PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN

FAKULTAS KESEHATAN

UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

Telah diperiksa dan disetujui

Ungaran, 06 Maret 2025

Pembimbing



RISMA ALIVIANI PUTRI, S.Si.T., MPH

NIDN : 0604068803

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi Berjudul :

GAMBARAN PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG GIZI SELAMA
KEHAMILAN DI SENTRU SAUDE KOMUNITARIA (SSK) SAME
MUNICIPIO DE MANUFAHI TIMOR-LESTE TAHUN 2025

Disusun oleh:

SATURNINA SOARES

NIM.157232077

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi Program Studi Sf Kebidanan
Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo, pada:

Hari : Minggu

Tanggal : 09-03-2025

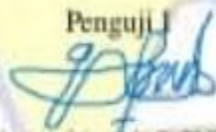
Tim Penguji Ketua/Pembinbing Utama



Risma Aliviani Putri, S.Si.T.MPH

NIDN: 0604068803

Penguji I



(Luvi Dian Afriyani, S.Si.T.,M.Kes)

Penguji II



(Heni Hirawati, S.Si.T.,M.Kes)

Ketua Program Studi



Luvi Dian Afriyani, S.Si.T.,M.Kes

NIDN. 0627048302

Dekan Fakultas Kesehatan



Eko Susilo, S.Kep. Ns.,M.Kep

NIDN.0627097501

MOTO HIDUP

“Jangan **Menyerah** atas **Impianmu**,
ketika **menghadapi Kesulitan** dan
dimulai dari **Impian Besar dan Tekat yang Kuat**”



“TIDAK USAH TAKUT GAGAL KERJALAH SEMAKSIMAL
MUNGKIN DAN PERCAYALAH BAHWA SEMUA JERIH
PAYAH KITA AKAN DIPERHITUNGGAN OLEH TUHAN”

PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini saya

Nama : Saturnina Soares

NIM : 157232077

Program studi/Fakultas : Kebidanan Program Sarjana/Kesehatan.

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini berjudul **“Gambaran Pengetahuan Ibu hamil tentang Gizi selama kehamilan Di Sentru Saude Komunitaria (SSK) Same Municipio De Manufahi Timor Leste”** adalah karya ilmiah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun di perguruan tinggi manapun.
2. Skripsi merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh tim pembimbing dan nara sumber.
3. Skripsi ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang telah dipublikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebut nama pengarang dan judul aslinya dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh dan sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo.

Dili, 6 Maret 2025

Pembimbing



(Risma Aliviani Putri, S.Si.T., M.Kes)

NIDN:

Yang Membuat Pernyataan



(Saturnina Soares)

NIM.157232077

PERNYATAAN KESEDIAAN PUBLIKASI

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Saturnina Soares

NIM : 157232077

Program Studi/Fakultas : Kebidanan Program Sarjana/Kesehatan,
Universitas Ngudi Waluyo.

Dengan ini memberikan kewenangan kepada Universitas Ngudi Waluyo untuk menyimpan, mengalih media/format-kan, merawat dan mempublikasikan skripsi saya yang berjudul : **„Gambaran Pengetahuan ibu hamil tentang Gizi Selama kehamilan Di Sentru Saude Komunitaria (SSK) Same Municipio De Manufahi Timor Leste”**, untuk kepentingan akademis.

Unggaran, 6 Maret 2025
Yang Membuat Pernyataan



(Saturnina Soares)
NIM. 157232077

KATA PENGANTAR

Puji syukur Penulis Panjatkan Kehadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahamatNya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi dengan Judul GAMBARAN PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG GIZI SELAMA KEHAMILAN DI PUSKESMAS SENTRU SAUDE KOMUNITARIA SAME MUNICIPIO DE MANUFAHI TIMOR-LESTE.

Dalam penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak baik secara moral maupun sperial. Untuk itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Prof.Dr. Subyantoro, M.Hum selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo.
2. Eko Susilo,S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waliyo.
3. Luvi Dianfryani, S.Si. T. M.Kes. selaku ketua Program Studi S1 Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo.
4. Risma Aliviani Putri,S.Si.T.M.P.H Selaku Pembimbing yang telah memberikan bimbingan dan arahan dalam penyusunan skripsi ini hinggga dapat terselesaikan.
5. (Nama Penguji) selaku penguji pertama yang telah memberikan bimbingan arahan dalam penyusunan skripsi ini hingga dapat terselesaikan.
6. (Nama Penguji) selaku penguji kedua yang telah memberikan bimbingan dan arahan dalam penyusunan skripsi ini hingga dapat terselesaikan
7. Seluruh dosen dan staf programa studi sarjana kebidanan universitas Ngudi Waluyo yang telah membantu selama pembelajaran dan penyelesaian Tugas Akhir.
8. Kepada bidan Sentru Saude komunitaria (SSK) Same Municipio de Manufahi Timor-Leste yang telah bersedia memberikan izin penelitian serta imformasi sehingga sangat membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
9. Kepada Kepala Puskesmas sentru saude komunitaria (SSK) Same yang telah bersedia Memberikan izin Penelitian serta informasi sehingga sangat membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
10. Kepada bidan di Puskesmas same dapat membantu dan membimbing penelitian ini hingga sangat membantu penulis dalam menyelesaikan skirpsi ini.
11. Semua responden yang bersedia berpartisipasi dalam kegiatan penelitian ini.
12. Kepada orang tua saya suami serta anak-anak saya tercinta yang selalu

memberikan dukungan baik materi maupun spiritual yang menjadi semangat

13. Teman-teman Seperjuangan Kesehatan Program Sarjana Kebidanan di Universitas Ngudi Waluyo Semarang yang telah memberikan dorongan dan masukan terhadap peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini

Kritik dan saran yang bersifat membangun peneliti harapkan guna perbaikan di masa mendatang. Mudah-mudahan penelitian ini bermanfaat bagi peningkatan kualitas pelayanan kesehatan masyarakat. Amin.

Same Timor-Leste, 6 maret 2025

Peneli

ABSTRACT

Status gizi ibu hamil yang erat kaitannya dengan berat badan ibu sebelum hamil sangat mempengaruhi pertumbuhan janin dalam kandungan. Gizi yang optimal akan membantu mempercepat tumbuh kembang janin begitu pula sebaliknya. Perubahan status gizi dan berat badan yang tidak sesuai akan menimbulkan komplikasi pada janin. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu hamil tentang gizi dalam kehamilan. Penelitian ini merupakan deskriptif kualitatif untuk melihat Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil tentang Gizi Selama Kehamilan. Masalah gizi yang sering di hadapi oleh para ibu hamil di Sentru Saude Same adalah Minimnya pengetahuan ibu tentang manfaat gizi selama hamil dapat menyebabkan bayi kekurangan gizi, di sisi lain masih banyak perilaku ibu yang salah dalam memilih makanan dan kebiasaan makan pada jenis makanan tertentu tanpa mempertimbangkan gizi yang di perlukan oleh tubuh dan juga masalah gizi yang sering dihadapi oleh ibu hamil di Sentru Saude Same adalah kekurangan zat besi, folat, vitamin B 12 (dua belas), Anemia dan Kekurangan Energy Kronis (KEK) pada ibu hamil.

Kata kunci : Gambaran Pengetahuan Ibu hamil tentang Gizi selama kehamilan

ABSTRACT

The nutrition status of pregnant women, which is closely related to the mother's weight before pregnancy. Greatly influences the growth of the fetus in the womb. Optimal nutrition will help accelerate fetal growth and development, and vice versa. Inappropriate changes in nutritional status and body weight will cause various complications in the fetus. The aim of this research is to determine the description of pregnant women's knowledge about nutrition in pregnancy. The research is a qualitative study to see a picture of pregnant women's knowledge about nutrition in pregnancy. Nutritional problems often faced by pregnant women in the Saude Same Center are the lack of knowledge of mothers about the benefits of nutrition during pregnancy can cause malnutrition in babies, on the other hand there are still many mothers who choose the wrong food and eating habits on certain types of food without considering the nutrition needed by the body and also nutritional problems often faced by pregnant women in the Saude Same Center are iron deficiency, folate, vitamin B 12, Anemia and chronic energy deficiency in pregnant women.

KEY WORDS : "Description of Pregnant Women's Knowledge about Nutrition during Pregnancy"

DAFTAR ISI

Halaman Sampul.....	ii
Halaman Persetujuan.....	iii
Halaman Penyesahan.....	iv
Pernyataan keaslian Penelitian.....	v
Halaman ketersediaan Publikasi.....	vi
Kata Pengantar	vii
Daftar Riwayat Hidup.....	viii
Abstraksi.....	x
Abstract.....	x
Moto.....	xi
Daftar isi.....	xii
Daftar Bagan.....	xiii
Daftar Tabel.....	xiv
Daftar Lampiran.....	xv
BAB I PENDAHULUAN	
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Perumusan Masalah.....	5
1.3. Tujuan Penelitian.....	5
1.4.1. Tujuan Umum.....	5
1.5.2. Tujuan Khusus.....	5
1.6. Manfaat Penelitian.....	5
1.7.1. Manfaat Penelitian bagi Peneliti.....	5
1.8.2. Manfaat Penelitian bagi Institusi.....	5
BAB II KERANGKA TEORITIS	
2.1. Pengetahuan	
2.1.1. Definisi Pengetahuan.....	6
2.1.2. Tingkat Pengetahuan.....	7
2.1.2.1. Tahu / Know.....	7
2.1.2.2. Memahami / Comprehension.....	7
2.1.2.3. Aplikasi / Application.....	7
2.1.2.4. Analisis / Analysis.....	8
2.1.2.5. Sintesis / Synthesis.....	8
2.1.2.6. Evaluasi / Evaluation.....	8
2.1.3. Faktor-Faktor yang mempengaruhi Pengetahuan.....	8
2.1.3.1. Usia.....	8
2.1.3.2. Pendidikan.....	8
2.1.3.3. Pekerjaan.....	9
2.1.3.4. Sosial Ekonomi.....	9
2.1.3.5. Kultur / Budaya Agama.....	9
2.1.3.6. Sumber Informasi.....	9
2.1.3.7. Pengalaman.....	10
2.1.4. Kehamilan.....	10

2.1.4.1. Kehamilan adalah.....	10
2.1.4.2. Periode Kehamilan.....	11
2.1.4.3. Tanda-tanda Kehamilan.....	11
2.1.4.4. Amenorhea / Terlambat datang haid.....	11
2.1.4.5. Mual dan Muntah.....	11
2.1.4.6. Mastodinia.....	11
2.1.4.7. Keluhan kencing.....	12
2.1.4.8. Konstipasi.....	12
2.1.4.9. Perubahan Perubahan pada Serviks.....	13
2.1.4.10. Tanda Pasti Kehamilan.....	14
2.1.5. Pengertian Gizi.....	15
2.1.5.1. Gizi adalah.....	16
2.1.5.2. Gizi adalah.....	17
2.1.5.3. Fungsi Gizi.....	18
2.1.5.4. Pengukuran Status Gizi.....	18
2.1.5.5. Kebutuhan Gizi ibu Hamil dalam Kehamialn.....	19
2.1.5.6. Kebutuhan Gizi ibu hamil pada trimester pertama.....	22
2.1.5.7. Kebutuhan Gizi ibu hamil pada trimester kedua.....	23
2.1.5.8. Kebutuhan Gizi ibu hamil pada trimester ketiga.....	24
2.1.5.9. Pemenuhan Gizi berdasarkan Trimester.....	26
2.1.5.10. Faktor Penyebab Ibu hamil Kekurangan Gizi.....	27
2.1.5.11. Kerangka Konsep.....	27
BAB III METODE PENELITIAN	
3.1.1. Design dan Metode Penelitian.....	28
3.1.2. Waktu dan lokasi Penelitian.....	28
3.1.3. Populasi.....	28
3.1.4. Alat Pengumpulan Penelitian.....	28
3.1.5. Defenisi Operasional.....	28
3.1.6. Etika tahap Penelitian.....	29
BAB IV HASIL PENELITIAN	
4.1.1. Data geografi dan data demografi.....	30
4.1.2. Geografi.....	30
4.1.3. Demografi.....	30
4.3. Karakteriska Responden.....	30
4.4. Pengetahuan responden.....	31
4.5. Kategori Kebutuhan Gizi.....	35
4.6. Pengetahuan Ibu hamil tentang Gizi selama kehamilan	36
BAB V PEMBAHASAN	
5.1. Deskripsi tentag Umur, Pendidikan dan Pekerjaan Responden.....	37
5.2. Deskripsi Pengetahuan ibu hamil Responden.....	41
5.3. Keterbatasan Peneliti.....	46
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	
6.1. Kesimpulan.....	47
6.2. Saran.....	47

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1. Deskripsi tentang umur responden

Tabel 4.2. Deskripsi tentang Pendidikan terakhir responden

Tabel 4.3. Deskripsi tentang Pekerjaan responden

Tabel 4.4. Deskripsi Pengetahuan ibu tentang Gizi responden

Tabel. Tabulasi Data Responden

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN