

---

## HUBUNGAN PENGETAHUAN TENTANG KEK DENGAN PERILAKU PANTANG MAKANAN PADA IBU HAMIL DI WILAYAH PUSKESMAS PENAWANGAN 1

Oleh ;

Wahyu Dewi Hapsari<sup>1)</sup>, Sri Martini<sup>2)</sup>

1) Universitas An Nuur, Email: hapsari@unan.ac.id

2) Universitas An Nuur, Email: tintanaditya@gmail.com

### ABSTRAK

**Latar belakang:** Kekurangan Energi Kronik (KEK) pada Ibu hamil dapat menyebabkan cadangan energi dalam tubuh berkurang sehingga timbul gangguan kesehatan, baik pada ibu maupun janin yang dikandung. Menurut Data WHO tahun 2024 angka bayi lahir dengan berat badan rendah secara global masih berada di kisaran 14,7% (data laporan 2023-2024), yang menunjukkan bahwa asupan energi ibu selama hamil belum optimal. Dengan adanya kejadian tersebut Pemerintah telah mengupayakan menurunkan angka prevalensi ibu hamil KEK dengan pelayanan antenatal care (ANC) rutin dan pemberian makanan tambahan (PMT) minimal selama 90 hari, namun rendahnya pengetahuan terkait pentingnya asupan gizi yang adekuat untuk ibu hamil serta masih adanya perilaku pantangan makan tertentu bagi ibu hamil. Diketahui jumlah Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan dengan perilaku pantang makanan pada ibu hamil di wilayah Puskesmas Penawangan 1.

**Metode:** Penelitian menggunakan metode survei analitik dengan pendekatan cross sectional pada 44 responden yang diambil secara total sampling dari populasi Ibu hamil trimester 1 di wilayah Puskesmas Penawangan I.

**Hasil:** Mayoritas 43 responden (97,7%) responden berumur reproduktif, 19 responden (43,2%) berpendidikan lulusan Sekolah Menengah Atas, 35 responden (79,5%) bekerja sebagai Ibu Rumah Tangga. Hasil analisis univariat mayoritas 21 responden (47,7%) berpengetahuan cukup, 25 responden (56,8%) berperilaku tidak pantang makanan, sedangkan dalam analisis bivariat nilai fisher's exact test  $p=0,001$ .

**Kesimpulan:** Ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku pantang makanan pada Ibu hamil di wilayah Puskesmas Penawangan 1.

**Kata kunci :** KEK, pantang makan, pengetahuan, perilaku.

**THE RELATIONSHIP BETWEEN KNOWLEDGE ABOUT KEK AND FOOD  
ABSTRACT BEHAVIOR OF PREGNANT WOMEN IN THE  
PENAWANGAN I PUBLIC HEALTH CENTER AREA**

By ;

Wahyu Dewi Hapsari<sup>1)</sup>, Sri Martini<sup>2)</sup>

1) Universitas An Nuur, Email: [hapsari@unan.ac.id](mailto:hapsari@unan.ac.id)

2) Universitas An Nuur, Email: [tintanaditya@gmail.com](mailto:tintanaditya@gmail.com)

**ABSTRACT**

**Background;** Chronic Energy Deficiency (CED) in pregnant women can reduce the body's energy reserves, leading to health problems for both the mother and the fetus. According to WHO data in 2024, the global rate of low birth weight babies is still around 14.7% (2023-2024 report data), indicating that maternal energy intake during pregnancy has not been optimal. In response to this issue, the government has made efforts to reduce the prevalence of CED in pregnant women through routine antenatal care (ANC) services and the provision of supplementary feeding (PMT) for a minimum of 90 days. However, knowledge about the importance of adequate nutritional intake for pregnant women remains low, and certain food restrictions for pregnant women are still practiced. It is known that the purpose of this study is to determine the relationship between knowledge and food avoidance behavior in pregnant women in the Penawangan I Health Center area.

**Methods;** The study used an analytical survey method with a cross-sectional approach on 44 respondents who were taken by total sampling from the population of first-trimester pregnant women in the Penawangan I Health Center area.

**Results;** The majority of respondents, 43 (97.7%), were of reproductive age, 19 respondents (43.2%) had completed high school education, and 35 respondents (79.5%) worked as housewives. The results of the univariate analysis showed that most of the 29 respondents (65.9%) had insufficient knowledge, 25 respondents (56.8%) did not abstain from food, while in the bivariate analysis the Fisher's exact test value was  $p = 0.001$ .

**Conclusion;** There is a relationship between knowledge and food abstinence behavior in pregnant women in the Penawangan I Health Center area.

**Keyword:** KEK, taboo foods, knowledge, behavior.

## PENDAHULUAN

Kekurangan Energi Kronik (KEK) pada Ibu hamil dapat menyebabkan cadangan energi dalam tubuh berkurang sehingga timbul gangguan kesehatan, baik pada ibu maupun janin yang dikandung. Menurut Data WHO tahun 2024 angka bayi lahir dengan berat badan rendah secara global masih berada di kisaran 14,7% (data laporan 2023-2024), yang menunjukkan bahwa asupan energi ibu selama hamil belum optimal. Dengan adanya kejadian tersebut Pemerintah telah mengupayakan menurunkan angka prevalensi ibu hamil KEK dengan pelayanan antenatal care (ANC) rutin dan pemberian makanan tambahan (PMT) minimal selama 90 hari, namun rendahnya pengetahuan terkait pentingnya asupan gizi yang adekuat untuk ibu hamil serta masih adanya perilaku pantangan makan tertentu bagi ibu hamil.

Tercatat pada bulan Agustus 2024 ada 15 ibu hamil KEK dari 44 ibu hamil yang terdeteksi dari trimester 1 di Puskesmas Penawangan 1. Setelah di wawancarai, ada 3 dari 5 ibu hamil tersebut masih belum begitu mengetahui tentang KEK dan berpantang makanan protein hewani seperti cumi dan ikan lele karena khawatir bayinya yang dilahirkan akan amis. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan dengan

perilaku pantang makanan pada ibu hamil di wilayah Puskesmas Penawangan I.

## METODE

Penelitian menggunakan metode survei analitik dengan pendekatan cross sectional pada 44 responden yang diambil secara total sampling dari populasi Ibu hamil trimester 1 di wilayah Puskesmas Penawangan I

## HASIL

### A. Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Umur

Umur (th)	f	%
Resiko Tinggi (<20)	1	2,3
Reproduktif (20 – 35)	43	97,7
Total	44	100

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pendidikan

Pendidikan	f	%
SD	12	27,3
SMP	13	29,5
SMA	19	43,2
Total	44	100

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Pekerjaan

Pekerjaan	f	%
IRT	35	79,5
Swasta	5	11,4
Pedagang	2	4,5
Petani	2	4,5
Total	44	100

### B. Analisis Univariat

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Pengetahuan

Pengetahuan	f	%
Kurang	8	18,2
Cukup	21	47,7
Baik	15	34,1
<u>Total</u>	44	100

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Perilaku

Pantang Makanan		
Pantang Makanan	f	%
Ada	5	16,7
Tidak	25	83,3
<u>Total</u>	30	100

### C. Analisis Bivariat

Tabel 6. Distribusi Hubungan Pengetahuan Dan Perilaku Pantang Makanan

Pengetahuan	Perilaku Pantang Makanan				Jumlah	
	Pntng mknn		Tidak			
	f	%	f	%	f	%
Kurang	4	9,1	4	9,1	8	100
Cukup	14	31,8	7	15,9	21	100
Baik	1	2,3	14	31,8	15	100
<u>Jumlah</u>	19	100	25	100	44	100

Tabel 7. Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2- sided)	Exact Sig. (2- sided)
Pearson Chi-Square	13.024 <sup>a</sup>	2	.001	.001
Likelihood Ratio	15.004	2	.001	.001
Fisher's Exact Test	13.794			.001
<u>N of Valid Cases</u>	44			

a. 2 cells (33.3%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 3.45.

## PEMBAHASAN

Karakteristik responden merupakan langkah dalam penelitian untuk memberikan gambaran dalam mengenali objek yang diteliti. Dalam penelitian ini karakteristik reponden meliputi umur, pendidikan dan pekerjaan. Umur merupakan perhitungan waktu yang dimulai dari saat kelahiran seseorang

hingga waktu tertentu. Berdasarkan tabel 1 dari 44 responden mayoritas 43 orang (97,7%) berumur reproduktif (20 – 35 tahun). Pendidikan merupakan indikator utama tingkat kematangan intelektual dan kemampuan seseorang dalam menganalisis. Berdasarkan tabel 2 dari 44 responden mayoritas 19 orang (43,2%) berpendidikan lulusan SMA. Pekerjaan merupakan suatu

aktivitas yang dilakukan untuk menghasilkan sesuatu (barang atau jasa) guna memenuhi kebutuhan hidup atau mencapai tujuan tertentu. Berdasarkan tabel 3, dari 44 responden mayoritas 35 orang (79,5%) bekerja sebagai IRT. Pengetahuan merupakan informasi, pemahaman, atau keterampilan yang didapatkan melalui pengalaman, pendidikan, atau penalaran. Berdasarkan tabel 4, dari 44 responden mayoritas 21 orang (47,7%) berpengetahuan cukup. Perilaku pantang makanan merupakan perilaku individu atau kelompok untuk menghindari konsumsi jenis makanan tertentu secara sengaja, meskipun makanan tersebut secara biologis aman dan bergizi. Berdasarkan tabel 5, dari 44 responden mayoritas 25 orang (83,3%) tidak berpantang makanan. Berdasarkan tabel 6, dari 44 responden mayoritas 14 orang (31,8%) orang berpengetahuan baik tidak berpantang makanan. Syarat Pearson uji chi-square adalah tidak boleh ada sel yang memiliki *expected count* < 5 (melebihi 20% dari total sel). Karena 33,3% sel memiliki *expected count* < 5, maka syarat Pearson chi square tidak terpenuhi, sehingga nilai signifikansi Fisher's Exact Test 0,001 yang digunakan, dimana hasilnya terdapat hubungan antara pengetahuan dan perilaku pantang makanan.

Ibu dengan pengetahuan rendah cenderung tidak memahami pentingnya peningkatan kalori dan protein selama kehamilan sehingga melakukan pantangan makanan dimana memiliki risiko dua kali lipat lebih tinggi untuk menderita KEK dibandingkan mereka yang tidak memiliki pantangan. Pengetahuan yang rendah merupakan pemicu utama ibu hamil masih mempraktikkan pantangan makanan yang secara medis sebenarnya bergizi (seperti ikan, telur, atau buah tertentu). Perilaku pantang makanan akibat kurangnya pengetahuan ini berisiko menyebabkan KEK. Sebaliknya, ibu yang memiliki pengetahuan baik memiliki peluang lebih besar untuk mempertahankan status gizi normal karena mampu menyusun pola makan yang seimbang. Hal ini serupa dengan hasil penelitian oleh Fitriani, dkk tahun 2022 dimana terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan makanan dengan perilaku pantang makan (food taboo) pada ibu hamil. Ibu hamil dengan pengetahuan yang baik cenderung tidak mudah terpengaruh oleh mitos atau tekanan lingkungan sosial untuk menghindari makanan bergizi tertentu (seperti ikan atau telur).

## KESIMPULAN

1. Ibu hamil di wilayah Puskesmas Penawangan 1 sebagian besar ada 43

- orang (97,7%) berumur reproduktif (20 – 35 tahun), 19 orang (43,2%) berpendidikan lulusan SMA, 35 orang (79,5%) bekerja sebagai IRT.
2. Ibu hamil di wilayah Puskesmas Penawangan 1 sebagian besar ada 21 orang (47,7%) berpengetahuan cukup, 25 orang (83,3%) berperilaku tidak berpantang makanan.
  3. Terdapat 14 orang (31,8%) Ibu hamil di wilayah Puskesmas Penawangan 1 yang berpengetahuan baik tidak berpantang makanan.
  4. Terdapat hubungan antara hubungan antara pengetahuan dan perilaku pantang makanan pada Ibu hamil di wilayah Puskesmas Penawangan 1.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Agung Satyarsa, D. R., Putu Dhanu, & Putu Aryani. (2020). Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Ibu Hamil Terhadap Nutrisi Selama Kehamilan di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Mengwi I, Badung, Bali. *Jurnal Kesehatan Poltekkes Jayapura*, 12(1), 20-29.
- Fitriani, A., dkk. (2022). Food Taboo Behaviors in Pregnant Women and Affecting Factors in Pamarayan Health Centers, Serang District, Banten. *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIK)*, 11(2).

- Kemenkes. (2022). *Laporan Akuntabilitas Kinerja Instansi Pemerintah (LAKIP) Tahun 2022*. Jakarta: Kemenkes RI
- Kemenkes (2023). *Petunjuk Teknis Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Berbahan Pangan Lokal Untuk Balita Dan Ibu Hamil*. Jakarta: Kemenkes RI
- Susanti, A., Rustono., & Asiyah, N. (2019). Budaya Pantang Makan, Status Ekonomi, dan Pengetahuan Zat Gizi Ibu Hamil Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Status Gizi. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan (JIKK)*, 4(1), 1-9.
- Nurbaya, N., dkk. (2024). Food taboo for pregnant and lactating mothers: A study on indigenous peoples in South Sulawesi. *Aceh Nutrition Journal*, 9(3), 415-422.
- World Health Organization. (2024). *Global nutrition targets 2030: Low birth weight brief*. <https://www.who.int/publications/i/item/B09402>