



HUBUNGAN ASUPAN GIZI DENGAN TAFSIRAN BERAT JANIN PADA IBU HAMIL DI PUSKESMAS NOEMUTI TAHUN 2024

Ramatian Simanihuruk^{a*}, Maria Tersilda Sikas^b

^a*Akademi Kebidanan Santa Elisabeth Kefamenanu, 85613, Indonesia*

^b*Akademi Kebidanan Santa Elisabeth Kefamenanu, 85613, Indonesia*

^a*Email: ramatiantsimanihuruk@gmail.com*

^b*Email: mariatersildasikas@gmail.com*

ABSTRAK

Latar Belakang: Asupan gizi ibu hamil menjadi faktor penting baik untuk pemenuhan nutrisi ibu hamil atau untuk pertumbuhan dan perkembangan janin dalam kandungan. Asupan gizi ibu hamil dapat memengaruhi kesehatan ibu dan janin dalam kandungan. **Tujuan:** Untuk mengetahui hubungan asupan gizi dengan tafsiran berat janin pada ibu hamil di Puskesmas Noemuti tahun 2024. **Metode:** Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil di wilayah Puskesmas Noemuti yang berjumlah 35 orang dengan jumlah sampel 35 responden. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *total sampling* dan dianalisis menggunakan uji *chi-square*. **Hasil:** Ibu yang status gizinya baik berjumlah 29 (82.9%), cukup berjumlah 6 (17.1%) serta tafsiran berat janin yang tidak normal berjumlah 12 (34.3%), sedangkan normal berjumlah 23 (65.7%). Hasil uji chi-square didapatkan nilai p value 0,001. **Kesimpulan:** Terdapat hubungan asupan gizi dengan tafsiran berat janin pada ibu hamil di Puskesmas Noemuti tahun 2024.

Kata Kunci: **Asupan Gizi, Tafsiran Berat Janin, Ibu Hamil.**

ABSTRACT

Background: *Nutritional intake in pregnant women is an important factor, both for meeting the nutritional needs of the mother and for the growth and development of the fetus in the womb. The nutritional intake of pregnant women can affect the health of both the mother and the fetus.*

Objective: *To determine the relationship between nutritional intake and estimated fetal weight among pregnant women at Noemuti Health Center in 2024.* **Method:** *This study employed a quantitative research method with a cross-sectional design. The population consisted of 35 pregnant women in the Noemuti Health Center area, all of whom were included as respondents (total sampling). Data were analyzed using the chi-square test.* **Results:** *There were 29 mothers (82.9%) with good nutritional status and 6 mothers (17.1%) with adequate nutritional status. The number of fetuses with abnormal estimated weight was 12 (34.3%), while normal estimated weight was found in 23 cases (65.7%). The chi-square test showed a p-value of 0.001.* **Conclusion:** *There is a significant relationship between nutritional intake and estimated fetal weight among pregnant women at Noemuti Health Center in 2024.*

Keywords: *Nutritional Intake, Estimated Fetal Weight, Pregnant Women.*

PENDAHULUAN

Janin tumbuh di dalam rahim sebagai konsekuensi dari interaksi antara potensi genetik ibu dan ayah dalam lingkungan intrauterin. Tingkat stres ibu hamil, masalah kehamilan, kondisi ibu yang tidak sehat, dan gizi buruk merupakan beberapa variabel yang mempengaruhi perkembangan janin. Asupan nutrisi mempunyai peranan yang cukup besar pada pertumbuhan dan perkembangan janin dari ibu hamil. Konsumsi makanan dapat berdampak pada kesehatan janin dan ibu hamil, karena kehamilan membawa sejumlah bentuk fisik dan hormonal pada tubuh. Ibu hamil yang memenuhi kebutuhan gizinya secara seimbang dapat melahirkan anak yang sehat (Netti Meilani Simanjuntak & Suriani, 2022).

Malnutrisi selama kehamilan disebabkan oleh pola makan ibu hamil yang kurang gizi dan tidak memenuhi kebutuhan tubuhnya. Wanita hamil mungkin menderita gizi buruk karena berbagai alasan, seperti penyakit yang berkepanjangan, depresi, mual, muntah, atau konsumsi obat-obatan tertentu yang mencegah penyerapan nutrisi tertentu, sehingga mengakibatkan asupan kalori dan nutrisi tidak mencukupi (Zulfikar et al., 2023).

Unsur utama yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan janin dalam

diri ibu adalah gizi yang cukup. Mikronutrien dan makronutrien, salah satu nutrisi tambahan yang dibutuhkan ibu hamil untuk menjaga kesehatan dirinya dan janinnya. Kuantitas makanan tidak berpengaruh pada permintaan ini. Kelainan pertumbuhan dan kurangnya asupan makanan ibu hamil dapat mengakibatkan stunting dan berat badan lahir rendah (Herwati et al., 2021).

Menurut United Nations Children's Fund (UNICEF), pada tahun 2020 sebanyak 15% bayi di seluruh dunia (lebih dari 20 juta jiwa) lahir dengan Berat Bayi Lahir Rendah (BBLR). Menurut World Health Organization (WHO), sebagian besar bayi dengan BBLR dilahirkan di negara berkembang termasuk Indonesia, khususnya di daerah yang populasinya rentan (Khulafa'ur R & Amnah, 2019).

Hasil Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2022 menunjukkan Angka Kematian Bayi (AKB) yaitu 24 per 1.000 kelahiran hidup. Penyebab umum kematian bayi dan neonatal di NTT tahun 2022 adalah BBLR dan sepsis. BBLR masih terus menjadi masalah kesehatan masyarakat yang signifikan secara global karena efek jangka pendek maupun panjangnya terhadap kesehatan.

Kenaikan berat badan selama masa kehamilan sangat menentukan hasil akhir kehamilan. Berat badan yang kurang sebelum hamil dapat menghambat pertumbuhan janin di dalam kandungan dan dapat menyebabkan berat bayi lahir rendah (BBLR) atau dapat terjadi gangguan kehamilan lain (Lia Idealistiana & Donata Ela, 2018).

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan desain *cross-*

HASIL

1. Distribusi responden berdasarkan status gizi dan tafsiran berat janin di Puskemas Noemuti

Tabel 1. Distribusi responden berdasarkan status gizi dan tafsiran berat janin di Puskemas Noemuti

Variabel	Kategori	n	%
Status Gizi	Baik	29	82.9
	Cukup	6	17.1
	Total	35	100
Tafsiran Berat Janin	Normal	23	65.7
	Tidak Normal	12	34.3
	Total	35	100

Tabel 1 menunjukkan bahwa ibu yang status gizinya baik berjumlah 29 responden (17.1%) serta tafsiran berat janin normal berjumlah 23 responden (65.7%) dan tidak (82.9%), dan cukup berjumlah 6 responden (34.3%).

2. Hubungan asupan gizi dengan tafsiran berat janin pada ibu hamil di Puskemas Noemuti tahun 2024

Asupan Gizi	Tafsiran Berat Janin				Total	P Value		
	Normal		Tidak Normal					
	n	%	n	%				
Baik	6	17.1	23	65.7	29	82.9		
	6	17.1	0	0	6	17.1		
	Total	12	34.3	23	65.7	35 100		

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari uji *chi-square* antara variabel asupan gizi dan tafsiran berat janin dapatkan hasil nilai *p-value* sebesar 0.001 yang menunjukkan bahwa terdapat

PEMBAHASAN

1. Distribusi responden berdasarkan status gizi di Puskemas Noemuti

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu yang status gizinya baik berjumlah 29 responden (82.9%), dan cukup berjumlah 6 responden (17.1%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil telah mampu memenuhi kebutuhan gizinya selama kehamilan. Status gizi yang baik mencerminkan keseimbangan antara asupan zat gizi dan kebutuhan tubuh, yang penting untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan janin secara optimal.

Tingginya proporsi ibu dengan status gizi baik dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti pengetahuan ibu mengenai pentingnya nutrisi selama kehamilan, ketersediaan bahan makanan bergizi, serta dukungan dari keluarga dan tenaga kesehatan (Rikayoni & Rahmi, 2023). Sebaliknya, ibu dengan status gizi cukup kemungkinan disebabkan oleh keterbatasan asupan makanan bergizi, kurangnya variasi makanan, atau faktor ekonomi. Hasil ini menegaskan pentingnya upaya peningkatan

hubungan antara hubungan asupan gizi dengan tafsiran berat janin di Puskemas Noemuti.

edukasi gizi bagi ibu hamil agar seluruh ibu dapat mencapai status gizi yang optimal untuk menjaga kesehatan ibu dan janin (Wulandari & Susanti, 2021).

Penelitian Verma, yang menemukan korelasi substansial antara berat lahir dengan konsumsi kalori dan protein pada tahun 2016, memberikan validitas pada penelitian ini. Penelitian yang dilakukan pada tahun 2014 oleh Sharma dkk. menunjukkan bahwa konsumsi rendah kalori dapat mengakibatkan bayi baru lahir BBLR, bahkan suplemen yang diberikan tidak dapat menaikkan berat badan lahir untuk mengatasi anemia. Menurut Netti Meilani Simanjuntak (2022), hal ini dikarenakan sebagian besar ibu hamil trimester III memiliki perkiraan berat badan janin yang normal jika diukur perkiraan berat badan janin. Ibu hamil trimester kedua dan ketiga memahami pentingnya asupan nutrisi selama hamil dan mengonsumsi makanan bergizi dengan kandungan gizi yang baik.

Peneliti berasumsi ketika seorang ibu berbadan dua (hamil) tidak mengonsumsi

nutrisi yang cukup, maka janin yang dikandungnya bisa saja mengalami kekurangan gizi dan gagal berkembang di dalam kandungan. Akibatnya, berat badan janin bisa diartikan tidak normal karena tidak sesuai dengan usia kehamilan ibu. Pertambahan berat badan dapat digunakan untuk menilai keadaan gizi ibu hamil. Hal ini terjadi akibat kebutuhan nutrisi ibu hamil yang semakin meningkat seiring bertambahnya usia kehamilan. Pola makan ibu hamil penting untuk tumbuh kembang janin karena menyediakan cadangan makanan, energi, perbaikan sel tubuh yang terluka atau mati, dan pengaturan suhu.

2. Distribusi responden berdasarkan tafsiran berat janin di Puskemas Noemuti

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tafsiran berat janin normal berjumlah 23 responden (65.7%) dan tidak normal sebesar 12 responden (34.3%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas janin berkembang dengan baik sesuai usia kehamilan, namun masih terdapat sebagian ibu hamil yang janinnya mengalami pertumbuhan di bawah atau di atas normal.

Tafsiran berat janin dipengaruhi oleh berbagai faktor, terutama status gizi ibu hamil, asupan nutrisi harian, kondisi

kesehatan ibu, serta faktor lingkungan dan genetik. Ibu dengan status gizi yang baik cenderung memiliki janin dengan berat badan normal karena mendapatkan kecukupan zat gizi makro dan mikro yang dibutuhkan untuk pertumbuhan janin. Sebaliknya, janin dengan berat tidak normal bisa disebabkan oleh asupan gizi yang kurang, anemia, penyakit penyerta, atau pola hidup yang kurang sehat selama kehamilan. Hasil penelitian ini menegaskan pentingnya pemantauan gizi dan kesehatan ibu hamil secara rutin agar pertumbuhan janin dapat berlangsung optimal dan risiko gangguan pertumbuhan janin dapat diminimalkan (Damayanti et al., 2022).

Salah satu cara untuk mengetahui berat badan janin saat masih berada di dalam rahim adalah dengan memperkirakan beratnya. Penilaian terhadap tubuh janin merupakan hal yang krusial dalam pelayanan kebidanan pada umumnya dan pelayanan persalinan pada khususnya. Bidan dapat menilai saat terbaik untuk merujuk pasien agar pengobatan tidak menunggu lama jika mengetahui berapa berat badan bayi dalam kandungan. Ada korelasi antara tingginya kesulitan melahirkan dan masa nifas dengan berat badan bayi, baik sangat kecil maupun

sangat besar. Selain itu, penolong persalinan dapat memilih untuk melakukan persalinan pervaginam spontan atau tidak dengan mengetahui perkiraan berat janin (Netti Meilani Simanjuntak & Suriani, 2022).

Asumsi Penelitian tafsiran berat janin merupakan hal yang sangat di perhatikan karena berat janin harus sesuai dengan umur kehamilan ibu hamil kekurangan gizi maka janin yang di kandung tafsiran berat janinnya tidak sama dengan usia kehamilan, dan jika umur kehamilan sesuai dan tafsiran berat janinnya normal maka gizi ibu hamil terpenuhi pada setiap trimester.

3. Hubungan asupan gizi dengan tafsiran berat janin pada ibu hamil di Puskesmas Noemuti tahun 2024

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari uji *chi-square* antara variabel asupan gizi dan tafsiran berat janin dapatkan hasil nilai *p-value* sebesar 0.001 yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara hubungan asupan gizi dengan tafsiran berat janin di Puskemas Noemuti.

Hasil ini menunjukkan bahwa semakin baik asupan gizi ibu selama kehamilan, maka semakin besar kemungkinan janin memiliki berat badan yang normal sesuai

usia kehamilan. Asupan gizi yang mencukupi kebutuhan energi, protein, vitamin, dan mineral berperan penting dalam proses pertumbuhan janin di dalam kandungan. Kekurangan asupan gizi dapat mengakibatkan gangguan pertumbuhan janin seperti berat badan lahir rendah (BBLR), sedangkan asupan berlebih dapat meningkatkan risiko makrosomia (Gürbilek, 2013).

Temuan ini sejalan dengan teori dan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa status gizi ibu hamil berpengaruh langsung terhadap pertumbuhan dan perkembangan janin. Oleh karena itu, penting bagi tenaga kesehatan untuk memberikan penyuluhan dan pemantauan gizi secara rutin kepada ibu hamil agar tercapai status gizi yang optimal dan pertumbuhan janin yang sehat (Netti Meilani Simanjuntak & Suriani, 2022).

Status gizi ibu hamil merupakan indikator terpenuhinya kebutuhan pangannya. Pola makan wanita hamil harus sangat tinggi untuk memenuhi kebutuhan janin yang sedang berkembang di dalam dirinya dan ibu itu sendiri (Rakhman et al., 2022). Permintaan pangan harus dinilai berdasarkan kualitas nutrisi yang dicerna serta kuantitas yang dikonsumsi. Salah satu

cara untuk menginterpretasikan berat janin saat masih berada di dalam rahim adalah melalui interpretasi berat janin. Dalam pelayanan kebidanan, khususnya pelayanan persalinan, berat badan janin merupakan hal yang sangat penting (Nurliawati & Hersoni, 2024).

Menurut asumsi peneliti asupan gizi merupakan hal paling penting dalam kehamilan karena dalam kehamilan sangat membutuhkan nutrisi yang cukup dalam pertumbuhan dan perkembangan janin dan asupan nutrisi yang cukup atau baik dapat dilihat dari tafsiran berat janin yang saat dihitung sesuai dengan umur kehamilan ibu.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dengan judul hubungan asupan gizi dengan tafsiran berat janin pada ibu hamil di Puskesmas Noemuti tahun 2024 dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Ibu yang status gizinya baik berjumlah 29 responden (82.9%), dan cukup berjumlah 6 responden (17.1%).
2. Tafsiran berat janin normal berjumlah 23 responden (65.7%) dan tidak normal sebesar 12 responden (34.3%).
3. Terdapat hubungan antara hubungan asupan gizi dengan tafsiran berat janin di Puskemas Noemuti tahun 2024 dengan *p* value 0,001.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dalam penelitian ini peneliti tidak lupa mengucapkan limpah terima kasih kepada institusi pendidikan Akademi Kebidanan Santa Elisabeth Kefamenanu, Kepala Puskesmas Noemuti dan semua responden yang telah berpartisipasi dalam kelancaran proses penelitian ini. Peneliti juga tidak lupa mengucapkan limpah terimakasih kepada pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu per satu yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan penelitian ini, kiranya Tuhan Yesus memberkati kita semuanya.

DAFTAR PUSTAKA

- Damayanti, Ningsih, S. J., Karokaro, T. M., & Bintang, S. S. (2022). Efektivitas Pemberian Biskuit Terhadap Kenaikan Indeks Masa Tubuh (IMT) Dan Tafsiran Berat Janin. *Jurnal Kebidanan Kestra (JKK)*, 4(2).
- Gürbilek, N. (2013). Tafsiran Berat Janin. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Hamdi, M., & Jannah, L. M. (2020). Metode Penelitian. *Universitas Terbuka*, 1–66.
- Herwati, M., Prastika, D. A., & Martanti, L. E. (2021). Hubungan Antara Status Gizi Ibu Hamil Dengan Berat Badan Bayi Lahir Di Puskesmas Tunjungan. *Jurnal Sains Kebidanan*, 3(2), 67–73. <https://doi.org/10.31983/jsk.v3i2.7841>
- Khulafa'ur R, L., & Amnah, R. (2019). Hubungan Status Gizi Ibu Hamil Dengan

- Bayi Berat Badan Lahir Rendah (BBLR) Di RSUD Gambiran Kota Kediri. *JURNAL KEBIDANAN*, 4(1), 1–7. <https://doi.org/10.35890/jkdh.v4i1.81>
- Lia Idealistiana, & Donata Ela. (2018). Hubungan Status Gizi Ibu Hamil Dengan Kejadian Berat Badan Lahir Rendah. *JURNAL ANTARA KEBIDANAN*, 1(1), 12–19. <https://doi.org/10.37063/ak.v1i1.3>
- Netti Meilani Simanjuntak, & Suriani. (2022). Hubungan Status Gizi Ibu Hamil Dengan Tafsiran Berat Badan Janin. *JURNAL ANTARA KEBIDANAN*, 5(4), 1–8. <https://doi.org/10.37063/ak.v5i4.808>
- Nurliawati, E., & Hersoni, S. (2024). Penilaian Status Gizi Ibu Hamil. *Jurnal Pengabdian Masyarakat (Jupemas)*, 5(1). <https://doi.org/10.36465/jupemas.v5i1.1287>
- Rakhman, A., Hadju, V., Nadila, D., Jayadi, Y. I., & Mallapiang, F. (2022). Status Gizi Ibu Hamil Di Kecamatan Pattalassang, Gowa. *Al GIZZAI: Public Health Nutrition Journal*, 42–50. <https://doi.org/10.24252/algizzai.v2i1.26057>
- Rikayoni, R., & Rahmi, D. (2023). Hubungan Status Gizi Ibu Selama Hamil Dengan Kejadian Stunting Pada Bayi Usia 0-36 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Sijunjung Tahun 2022. *Menara Ilmu*, 17(1). <https://doi.org/10.31869/mi.v17i1.4181>
- Wulandari, F. C., & Susanti. (2021). Hubungan Status Gizi Ibu Saat Hamil Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 0-24 Bulan Di Puskesmas Kaligesing Purworejo. *Jurnal Komunikasi Kesehatan*, 12(2). <https://doi.org/10.56772/jkk.v12i2.198>
- Zaluchu, S. E. (2021). Metode Penelitian di dalam Manuskrip Jurnal Ilmiah Keagamaan. *Jurnal Teologi Berita Hidup*, 3(2), 249–266. <https://doi.org/10.38189/jtjh.v3i2.93>
- Zulfikar, M., Setiawati, D., Pratiwi, U. M., Rahmadhani, R., & Hilal, F. (2023). Hubungan Status Gizi Ibu Hamil Berdasarkan Lila Dengan Kejadian Bayi Berat Badan Lahir Rendah. *Ibnu Sina: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan - Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara*, 22(1), 81–88. <https://doi.org/10.30743/ibnusina.v22i1.417>