



Pengaruh Pantangan Makanan Dari Budaya Dan Pendapatan Terhadap Status Gizi Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Krueng Barona Jaya Kabupaten Aceh Besar Tahun 2021

Maya Zulfiani¹, Syarifah Masthura², Cut Oktaviyana³

^{1,2,3}Universitas Abulyatama, Aceh Besar

Corresponding Author: ✉ maya.zulfiani22@gmail.com

ABSTRACT

Kehamilan menyebabkan meningkatnya metabolisme energi, karena itu kebutuhan energi dan zat gizi lainnya meningkat selama kehamilan. data yang diperoleh dari Puskesmas Krueng Barona Jaya Kabupaten Aceh Besar periode Januari sampai Mei 2021 jumlah ibu hamil sebanyak 161 orang, jumlah ibu hamil dengan LILA (lingkar lengan atas < 23,5 cm) sebanyak 28 orang (45,9%) dan yang mendapat Pemberian Makanan Tambahan (PMT) sebanyak 19 orang (67,8%). Tujuan Penelitian untuk mengetahui pengaruh pantangan makanan dari budaya dan pendapatan terhadap status gizi ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Krueng Barona Jaya Kabupaten Aceh Besar tahun 2021. Jenis Penelitian ini bersifat *analitik* dengan pendekatan *Cross Sectional* dengan teknik *purposive sampling* dengan jumlah sampel 62 orang ibu hamil. Waktu penelitian ini dilakukan pada tanggal 14-29 September 2021 di Puskesmas Krueng Barona Jaya. Hasil Penelitian diketahui ada pengaruh pantangan makanan dari budaya terhadap status gizi dengan p value 0,008 dan ada pengaruh pendapatan terhadap status gizi dengan p value 0,005. Kesimpulan ada pengaruh pantangan makanan dari budaya dan pendapatan terhadap status gizi ibu hamil. Diharapkan bagi ibu hamil untuk mengkonsumsi makanan bergizi saat kehamilan untuk kesehatan ibu dan janin agar ibu tidak mengalami gizi kurang.

Kata Kunci

Pantangan Makanan, Pendapatan, Ibu Hamil

PENDAHULUAN

Kehamilan yang sehat merupakan dambaan bagi setiap wanita atau ibu yang sudah dinyatakan positif hamil, oleh karenanya kehamilan yang sehat harus dapat dijaga dengan menyiapkan mental dan menjalani pola hidup sehat dengan mengkonsumsi makanan bergizi, untuk itu faktor asupan gizi yang seimbang menjadi penting bagi ibu hamil agar janin tetap sehat dan dapat berkembang dengan baik. Semakin baik asupan gizi oleh ibu maka akan semakin baik pula proses pertumbuhan janin di dalam kandungan (Yosephin, 2018).

Kehamilan menyebabkan meningkatnya metabolisme energi, karena itu kebutuhan energi dan zat gizi lainnya meningkat selama kehamilan. Peningkatan energi dan zat gizi tersebut dibutuhkan untuk pertumbuhan dan

perkembangan janin, penambahan besarnya organ kandungan dan perubahan komposisi dan metabolisme tubuh ibu, sehingga jika kekurangan energi atau zat gizi tertentu menyebabkan janin tumbuh tidak sempurna. Kebutuhan energi untuk kehamilan yang normal butuh tambahan kira-kira 80.000 kalori selama kurang dari 280 hari (Badriah, 2014).

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi status gizi ibu hamil yaitu asupan makanan, kondisi kesehatan ibu, usia kehamilan, aktivitas ibu, pendapatan, pengetahuan, pantangan makanan dari budaya, jarak kehamilan dan paritas (Paramashanti, 2019). Dampak jika ibu hamil mengalami gizi kurang atau buruk bagi ibu dapat menyebabkan anemia, perdarahan, berat badan ibu tidak bertambah secara normal dan penyakit infeksi. Sedangkan pada janin dapat terjadi Berat Badan Lahir Rendah (BBLR), setelah lahir akan mengalami *Intelligence Quotient* (IQ) dibawah rata-rata, pertumbuhan dan perkembangan janin terhambat, kelahiran premature, anemia pada bayi baru lahir dan bayi baru lahir mudah terinfeksi (Winarsih, 2014).

Hasil penelitian yang dilakukan Susanti (2014), tentang hubungan budaya pantang makan, status ekonomi dan pengetahuan zat gizi ibu hamil dengan status gizi ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Welahan Kabupaten Jepara, diketahui bahwa ada hubungan pendapatan, budaya pantang makanan dan pengetahuan gizi dengan status gizi. Hasil penelitian yang dilakukan Harahap (2019), tentang hubungan asupan makanan terhadap status gizi ibu hamil di Puskesmas Simpang Tiga Kota Pekanbaru, diketahui bahwa ada hubungan asupan makanan dengan status gizi pada ibu hamil.

Menurut data yang diperoleh dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 prevalensi Kekurangan Energi Kronik (lingkar lengan atas < 23,5 cm) pada ibu hamil sebesar 36,8%. Berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan Indonesia tahun 2019 diketahui bahwa ibu hamil yang mengalami defisit energi (<70% AKE atau angka kecukupan energi) sebesar 13,1%, untuk kecukupan protein sebesar 51,9% ibu hamil mengalami defisit protein (<80% AKP atau angka kecukupan protein) dan 18,8% ibu hamil mengalami defisit protein pada kategori ringan (80-99% AKP).

Berdasarkan data yang diperoleh dari Profil Kesehatan Provinsi Aceh tahun 2019 Jumlah ibu hamil yang mengalami kekurangan energi kronik (gizi lingkar lengan atas < 23,5 cm) sebesar 11,27%. Jumlah KEK tertinggi terdapat di Kabupaten Aceh Selatan sebesar 21,56% dan Aceh Besar merupakan Kabupaten tertinggi KEK nomor urut 5 yaitu sebesar 14,58%.⁹ Data yang di dapatkan dari Dinas Kesehatan Aceh Besar pada tahun 2021 jumlah ibu hamil yang berada di Aceh Besar sebanyak 11.449 jiwa dan jumlah ibu hamil yang mengalami Kekurangan Energi Kronik (lingkar lengan atas < 23,5) sebanyak 158 (19,75%).

Jumlah ibu hamil yang mengalami Kekurangan Energi Kronik (lingkar lengan atas < 23,5 cm) terbanyak terdapat di Puskesmas Baitussalam sebanyak 53 orang, Puskesmas Krueng Barona Jaya sebanyak 28 orang, Puskesmas Kuta Baro sebanyak 27 orang, Puskesmas Darul Imarah sebanyak 6 orang dan Puskesmas Lhoknga sebanyak 5 orang.

Berdasarkan data yang diperoleh dari Puskesmas Krueng Barona Jaya Kabupaten Aceh Besar periode Januari sampai Mei 2021 jumlah ibu hamil sebanyak 161 orang, jumlah ibu hamil dengan LILA (lingkar lengan atas < 23,5 cm) sebanyak 28 orang (45,9%) dan yang mendapat Pemberian Makanan Tambahan (PMT) sebanyak 19 orang (67,8%).

Berdasarkan uraian tersebut di atas peneliti tertarik untuk mengambil penelitian dengan judul pengaruh pantangan makanan dari budaya dan pendapatan terhadap status gizi ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Krueng Barona Jaya Kabupaten Aceh Besar tahun 2021.

METODE PENELITIAN

Jenis dan desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Deskriptif Korelatif* dengan pendekatan *Cross Sectional Study*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu hamil sebanyak 161 bumil. Besarnya sampel sebanyak 62 responden. Teknik pengambilan sampel dengan *purposive sampling*, Penelitian ini dilaksanakan di Wilayah Kerja Puskesmas Krueng Barona Jaya Kabupaten Aceh Besar pada tanggal 14-29 September 2021.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1.
Analisis Univariat

No	Variabel	F	%
1.	Status Gizi		
	Gizi Kurang	24	38,7
	Gizi Baik	38	61,3
2.	Pantangan makanan dari budaya		
	Ada	27	43,5
	Tidak ada	35	56,5
3.	Pendapatan		
	Diatas UMP	28	45,2
	Dibawah UMP	34	54,8

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa dari 62 responden yang memiliki gizi baik sebanyak 38 responden (61,3%), tidak ada pantangan makanan dari

budaya sebanyak 35 responden (56,5%), dan pendapatan dibawah UMP sebanyak 34 responden (54,8%).

Tabel 2.
Analisis Bivariat

Variabel	Status Gizi				P
	Gizi Kurang		Gizi Baik		
	f	%	f	%	
Pantangan Makanan					
- Ada	16	59,3	11	40,7	0,008
- Tidak Ada	8	22,9	27	77,1	
Pendapatan					
- Diatas UMP	5	17,9	23	82,1	0,005
- Dibawah UMP	19	55,9	15	44,1	

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa dari 35 responden yang tidak ada pantangan makanan dari budaya terdapat 27 responden (77,1%) yang memiliki gizi baik, sedangkan dari 27 responden yang ada pantangan makanan dari budaya terdapat 16 responden (59,3%) yang mengalami gizi kurang. Berdasarkan hasil uji dengan menggunakan *Chi-Square* maka diketahui *P value* = 0,008, maka ada pengaruh antara pantangan makanan dari budaya terhadap status gizi ibu hamil.

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa dari 28 responden yang pendapatan diatas UMP terdapat 23 responden (82,1%) yang memiliki gizi baik, sedangkan dari 34 responden yang pendapatan dibawah UMP terdapat 19 responden (55,9%) yang mengalami gizi kurang. Berdasarkan hasil uji dengan menggunakan *Chi-Square* maka diketahui *P value* = 0,005, maka ada pengaruh antara pendapatan terhadap status gizi ibu hamil.

PEMBAHASAN

Pengaruh Pantangan Makanan dari Budaya Terhadap Status Gizi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 35 responden yang tidak ada pantangan makanan dari budaya terdapat 27 responden (77,1%) yang memiliki gizi baik, sedangkan dari 27 responden yang ada pantangan makanan dari budaya terdapat 16 responden (59,3%) yang mengalami gizi kurang. Berdasarkan hasil uji dengan menggunakan *Chi-Square* maka diketahui *P value* = 0,008, maka ada pengaruh antara pantangan makanan dari budaya terhadap status gizi ibu hamil.

Kebudayaan adalah seluruh sistem gagasan dan ras, tindakan serta karya yang dihasilkan manusia dalam kehidupan bermasyarakat yang dijadikan

miliknya dengan belajar. Selanjutnya wujud dari budaya atau kebudayaan dapat berupa benda-benda fisik, sistem tingkah laku dan tindakan yang terpola atau sistem sosial, sistem gagasan atau adat istiadat serta kepribadian atau nilai-nilai budaya.¹⁷

Kepercayaan terhadap adat juga dapat mempengaruhi asupan makanan ibu hamil. Misalnya ada kepercayaan bahwa pada waktu hamil ibu dilarang makan ikan karena dikhawatirkan bayinya cacangan dan berbau amis. Padahal konsumsi ikan terutama ikan laut justru sangat dianjurkan karena kandungan lemaknya rendah, protein tinggi serta mengandung omega 3 dan omega 6 yang sangat diperlukan untuk pertumbuhan.¹⁸

Indonesia adalah bangsa yang memiliki keanekaragaman budaya yang terbentang dari Sabang sampai Merauke, dengan latar belakang etnis, suku dan tata kehidupan sosial yang berbeda satu dengan yang lain. Hal ini telah memberikan suatu formulasi struktur sosial masyarakat yang turut mempengaruhi menu makanan maupun pola makan. Banyak sekali penemuan para ahli sosialog dan ahli gizi menyatakan bahwa faktor budaya sangat berperan terhadap proses terjadinya kebiasaan makan dan bentuk makanan itu sendiri, sehingga tidak jarang menimbulkan berbagai masalah gizi apabila faktor makanan itu tidak diperhatikan secara baik oleh kita yang mengkonsumsi.¹⁹

Hasil penelitian yang dilakukan Susanti (2014), tentang hubungan budaya pantang makan, status ekonomi dan pengetahuan zat gizi ibu hamil dengan status gizi ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Welahan Kabupaten Jepara, diketahui bahwa ada hubungan pendapatan, budaya pantang makanan dan pengetahuan gizi dengan status gizi.⁵ Hasil penelitian yang dilakukan Harahap (2019), tentang hubungan asupan makanan terhadap status gizi ibu hamil di Puskesmas Simpang Tiga Kota Pekanbaru, diketahui bahwa ada hubungan asupan makanan dengan status gizi pada ibu hamil.⁶

Menurut peneliti bahwa terdapat hubungan pantangan makanan dari budaya dengan status gizi ibu hamil, ibu hamil yang terdapat pantangan makanan dari budaya cenderung mengalami gizi kurang. Hal ini disebabkan karena budaya memberi pantangan makanan tertentu pada ibu hamil terutama pada ibu hamil trimester pertama, dimana makanan pantangan tersebut seperti ikan, daging, telur dan susu yang merupakan makanan bergizi dan merupakan zat gizi yang dibutuhkan ibu hamil selama kehamilan terutama pada kehamilan trimester pertama untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi, karena pantangan tersebut dapat membuat ibu hamil kurang gizi karena tidak mengkonsumsi makanan.

Terdapat beberapa orang ibu yang ada pantangan tetapi tidak mengalami gizi kurang, hal ini disebabkan karena ada faktor lain yang mempengaruhi seperti faktor usia ibu yang reproduktif sehingga kebutuhan gizi tidak banyak seperti ibu dengan usia lebih dari 35 tahun, dimana semakin tua usia ibu maka semakin besar kebutuhan gizi yang diperlukan untuk tubuh. Selain itu juga dipengaruhi oleh faktor pendidikan ibu, dimana ibu yang ada pantang makanan dari budaya tetapi tidak mengalami gizi kurang karena ibu memiliki pendidikan yang tinggi dan ibu bekerja sehingga ibu memiliki pengetahuan yang baik tentang gizi selama masa kehamilan, karena ibu mengganti makanan yang di pantang dengan makanan lain seperti ibu ada pantangan makanan dengan daging dan ikan maka ibu menggantinya dengan mengkonsumsi tempe, tahu dan telur yang memiliki kandungan gizi yang sama.

Pengaruh Pendapatan Terhadap Status Gizi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 28 responden yang pendapatan diatas UMP terdapat 23 responden (82,1%) yang memiliki gizi baik, sedangkan dari 34 responden yang pendapatan dibawah UMP terdapat 19 responden (55,9%) yang mengalami gizi kurang. Berdasarkan hasil uji dengan menggunakan *Chi-Square* maka diketahui *P value* = 0,005, maka ada pengaruh antara pendapatan terhadap status gizi ibu hamil.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Adriani (2013) yang menyatakan bahwa salah satu faktor penyebab kurang gizi adalah status sosial ekonomi, dimana tingkat penghasilan keluarga sangat menentukan jenis pangan yang akan dibeli dengan adanya tambahan penghasilan. Seseorang dengan status sosial ekonomi rendah membelanjakan sebagian besar untuk makanan pokok, sedangkan seseorang dengan status sosial ekonomi tinggi membelanjakan sebagian besar untuk hasil olah susu, jadi penghasilan merupakan faktor penting bagi kuantitas dan kualitas makanan. Antara penghasilan dan gizi jelas ada hubungan yang menguntungkan.

Keadaan ekonomi keluarga akan mempengaruhi pemilihan ragam dan kualitas bahan makanan, apalagi pada masa sekarang saat ekonomi sangat sulit dan harga bahan makanan melambung tinggi. Dalam keadaan seperti ini ibu harus pandai memilih bahan pangan. Makanan bergizi tidak harus mahal, misalnya untuk mengambil manfaat protein hewani dapat membeli ikan segar, telur ayam, telur puyuh dan ikan teri sebagai pengganti daging sapi. Meski harganya relatif murah bahan-bahan tersebut mengandung protein yang sama baiknya dengan daging sapi (Wibisono, 2009). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ainul (2014), terdapat hubungan antara status sosial ekonomi dengan status gizi ibu hamil dengan nilai *P Value* (0,007).

Menurut Asumsi peneliti terdapat pengaruh pendapatan terhadap status gizi ibu hamil, dimana dari hasil penelitian diperoleh bahwa persentase responden yang pendapatan dibawah UMP lebih banyak yang mengalami gizi kurang, dibandingkan dengan yang pendapatan ekonomi diatas UMP. Hal ini disebabkan karena pendapatan sangat berkaitan dengan kesehatan ibu hamil terutama keadaan gizi ibu hamil. Ibu hamil dengan kondisi pendapatan yang rendah tidak dapat memenuhi semua kebutuhan saat hamil seperti mengkonsumsi buah dan susu, karena menu makanan yang dihidangkan ibu yang dapat mengenyangkan tanpa melihat zat gizi yang dikandungnya.

KESIMPULAN

Setelah melakukan penelitian terhadap 62 responden, maka peneliti dapat mengambil kesimpulan bahwa:

1. Ada pengaruh pantangan makanan dari budaya terhadap status gizi dengan p value 0,008.
2. Ada pengaruh pendapatan terhadap status gizi dengan p value 0,005.

SARAN

1. Bagi Responden

Diharapkan bagi ibu hamil untuk mengkonsumsi makanan bergizi terutama saat kehamilan untuk kesehatan ibu dan janin agar ibu tidak mengalami gizi kurang.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan bagi institusi pendidikan untuk memperbanyak buku tentang gizi pada masa kehamilan.

3. Bagi penelitian selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk dapat meningkatkan penelitian dengan variabel dan teknik yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Yosephin. 2018. *Tuntunan Praktis Menghitung Kebutuhan Gizi*. Yogyakarta. Andi
- Badriah. 2014. *Gizi Dalam kesehatan Reproduksi*. Bandung:Refika Aditama
- Paramashanti, A, B. 2019. *Gizi Bagi Ibu dan Anak*. Yogyakarta: CV. Pustaka Baru
- Winarsih. 2019. *Pengantar Ilmu Gizi Dalam Kebidanan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press
- Sudirman. 2020. *Analisis Status Gizi Ibu hamil Berdasarkan Faktor Sosial Budaya di Wilayah Kerja Puskesmas Antang Perumnas Makassar*. Jurnal Of Healthcare technology Medicine. Volume 6 (1):1-11

Harahap. 2019. *Hubungan Asupan Makanan Terhadap Status Gizi Ibu Hamil di Puskesmas Simpang Tiga Kota Pekanbaru.*

Riskesdas. 2018. *Profil Kesehatan Indonesia.* www.kemkes.go.id (Dikutip pada tanggal 27 Februari 2021)

Kemendes. 2019. *Profil Kesehatan Indonesia.* www.kemkes.go.id (Dikutip pada tanggal 27 Februari 2021)

Dinas Kesehatan Provinsi Aceh. 2019. *Profil Kesehatan Provinsi Aceh.*

Dinas Kesehatan Aceh Besar. 2019. *Jumlah Ibu Hamil.*

Puskesmas Krueng Barona Jaya. 2020. *Jumlah Ibu Hamil.*

Wibisono, Hermawan. 2015. *Solusi Sehat Seputar Kehamilan.* Jakarta. Agro Media Pustaka.