

HUBUNGAN *BODY MASS INDEX* (BMI) IBU HAMIL DENGAN PENAMBAHAN BERAT BADAN SELAMA KEHAMILAN DI PMB BD. W KAB. BANDUNG BARAT TAHUN 2021

RELATIONSHIP BODY MASS INDEX (BMI) OF PREGNANT WOMEN WITH WEIGHT GAINS DURING PREGNANCY IN PMB BD. W KAB. BANDUNG WEST OF 2021

Oktarina Sri Iriani^{1*}, Dyah Triwidyantari², Tati Hayati³

^{1, 2, 3} STIKes Dharma Husada, Indonesia

Jl. Terusan Jakarta No.75, Cicaheum, Kec. Kiaracondong, Kota Bandung, 40282, Indonesia

*E-mail corresponding: oktarina@stikesdhb.ac.id

(Diterima: September 2021; disetujui Oktober 2021; dipublish November 2021)

ABSTRAK

Masalah gizi seimbang di Indonesia masih merupakan masalah yang cukup berat. Pada hakikatnya berpangkal pada keadaan ekonomi yang kurang dan terbatasnya pengetahuan tentang nilai gizi dan makanan yang ada. Kekurangan atau kelebihan makanan pada masa hamil dapat berakibat kurang baik bagi ibu, janin yang dikandung serta jalannya persalinan. Oleh karena itu, perhatian terhadap gizi dan pengawasan berat badan (BB) selama hamil merupakan salah satu hal penting dalam pengawasan kesehatan pada masa hamil. Untuk mengetahui “ Hubungan status gizi ibu sebelum hamil dengan penambahan berat badan selama hamil”. Jenis penelitian yang digunakan adalah hasil desain penelitian deskriptif yang bertujuan untuk mengetahui hubungan status gizi ibu sebelum hamil dengan penambahan berat badan selama hamil. Populasi ibu hamil trimester III di wilayah kerja PMB Bidan W yaitu sebanyak 55 orang yang berkunjung ke PMB Bidan W. Untuk mendapatkan jumlah responden peneliti melakukan pengumpulan dengan tehnik rancangan penelitian Cross Sectional Study dengan seluruh ibu hamil trimester III. Kemudian peneliti akan menghitung menggunakan rumus BMI yaitu Berat (badan dalam kg) : Kuadrat tinggi badan (dalam ukuran meter). $BMI = (BB) / (TB) \times (TB)$. Dilanjutkan dengan analisa data melalui beberapa tahap yang dimulai dengan editing, coding, tabulasi. Hasil penelitian yang didapatkan Dari 55 responden status gizi ibu hamil bahwa hampir setengah dari responden status gizi ibu hamil dengan kategori normal sebanyak 22 orang dengan presentasi 40%. Dari 55 responden penambahan berat badan ibu selama hamil bahwa hampir setengah dari responden penambahan berat badan dengan kategori baik sebanyak 20 orang presentasi 36,4%. Ada hubungan status gizi ibu sebelum hamil dengan penambahan berat badan selama hamil di PMB Bd Warsah Kabupaten Bandung Barat. Hal tersebut dapat dibuktikan dengan hasil uji statistik menggunakan Chi – square dalam penelitian ini menunjukkan $p = ,000 < 0,05$.

Kata Kunci : Status Gizi, Berat Badan

Abstract

The problem of balanced nutrition in Indonesia is still a serious problem. Essentially stems from a lack of economic conditions and limited knowledge about nutrition in Indonesia. Lack or excess of food during pregnancy can have a negative effect on the mother, the fetus and the course of delivery. Therefore, attention to nutrition and control of body weight (BB) during pregnancy is of the important things in health surveillance during pregnancy. To determine the relationship between maternal nutritional status before pregnancy and weight gain during pregnancy. The type of research used is the result of a descriptive research design that aims to determine the relationship between maternal nutritional status before pregnancy and weight gain during pregnancy. The population of thitd trimester III pregnant women in the PMB Midwife W working area, west bandung district, was 55 people. To get the number of respondents, the research was was collected using a cross sectional study design technique with all 3 trimester pregnant women checking their weight and height. Then The researcher will calculate using BMI formula, namely body weight (in kg): height squared (in maters). Followed by data analysis through several stages starting with editing, coding, tabulation. The results of the study obtained from 55 respondents of the nutritional status of pregnant women that almost half of the respondents of the nutritional status of pregnant women in the normal category were 22 people with a presentation of 40%. Of the 55 respondents who gained

weight in the good category, 20 people had a percentage of 36.4%. There is a relationship between maternal nutritional status before pregnancy at PMB Midwife W West Bandung Regency. This can be proven by the results of stastical test using Chi – square in this study showing $p = ,000 < 0.05$

Keywords: Nutritional status, Weight

PENDAHULUAN

Masalah gizi seimbang di Indonesia masih merupakan masalah yang cukup berat. Pada hakikatnya berpangkal pada keadaan ekonomi yang kurang dan terbatasnya pengetahuan tentang nilai gizi dan makanan yang ada. Penyakit karena kekurangan gizi di Indonesia yang utama adalah defisiensi protein kalori, defisiensi vitamin A, defisiensi yodium (Dewi, 2011).

Kekurangan atau kelebihan makanan pada masa hamil dapat berakibat kurang baik bagi ibu, janin yang dikandung serta jalannya persalinan. Oleh karena itu, perhatian terhadap gizi dan pengawasan berat badan (BB) selama hamil merupakan salah satu hal penting dalam pengawasan kesehatan pada masa hamil. Selama hamil, calon ibu memerlukan lebih banyak zat – zat gizi dari pada wanita tidak hamil, karena makanan ibu hamil dibutuhkan untuk dirinya dan janin yang dikandungnya (Wulandari, 2021).

Masalah gizi yang sering dialami ibu hamil saat ini adalah gizi kurang seperti Kurang Energi Kronis (KEK) dan anemia gizi. Prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia adalah 70%, atau 7 dari 10 wanita hamil menderita anemia. Kekurangan Energi Kronis (KEK) dijumpai pada WUS usia 15 – 49 tahun yang ditandai dengan proporsi berat badan (Masrurroh, 2020).

Dengan ibu hamil yang mengalami status gizi kurang akan menakibatkan

terjadinya anemia dan kekurangan energi kronis, begitu juga dengan janin yang dikandung nya seperti perkembangan dan pertumbuhan janin terganggu, kelahiran bayi cacat, dan BBLR (Kaitannya, 2009).

Menurut WHO ada beberapa penyebab yang mempengaruhi terjadinya gizi kurang adalah kurangnya asupan makanan dan penyakit infeksi. Ibu hamil yang asupan makanannya cukup tetapi menderita sakit akan mengalami gizi kurang. Adapun ibu hamil yang asupan makanannya kurang maka daya tahan tubuh akan melemah dan akan mudah terserang penyakit (Harti, 2016).

METODE PENELITIAN

Metode penelitian adalah survei analitik dengan pendekatan *cross sectional*, waktu pengumpulan data 16 Maret – 24 April 2021, populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah ibu hamil trisemester III sebanyak 55 ibu hamil trisemester 3 di pmb Bd. W Kab Bandung pada bulan Maret – April 2021. pengumpulan data melalui instrumen penelitian ceklist dalam penelitian ini instrumen pengumpulan data berupa timbangan berat badan dan alat pengukur tinggi badan. Analisis statistic yang digunakan uniivariat dan bivariate dengan uji chi square.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Body Mass Index (BMI) Ibu Hamil

No	Status Gizi	f	(%)
1	Kurang	19	34,5
2	Normal	22	40,0
3	Obesitas	14	25,5
Total		55	100

Berdasarkan tabel 1 status gizi ibu hamil bahwa hampir setengah dari responden status gizi ibu hamil dengan kategori normal sebanyak 22 orang dengan presentasi 40%.

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Penambahan Berat Badan Ibu Selama Kehamilan

No	Penambahan Berat Badan Ibu Selama Hamil	Frekuensi	(%)
1	Kurang	20	36,4
2	Normal	20	36,4
3	Obesitas	15	27,3
Total		55	100

Berdasarkan tabel 2 penambahan berat badan ibu selama hamil bahwa hampir setengah dari responden penambahan berat badan dengan kategori baik sebanyak 20 orang presentasi 36,4%.

Tabel 3
Hubungan Status Body Mass Index (BMI) dengan Penambahan Berat Badan Selama Hamil

Body Mass Index (BMI)	Penambahan Berat Badan Selama Hamil						Total		P
	Kurang		Normal		Obesitas		F	%	
	F	%	F	%	F	%			
Kurang	8	42,10	3	15,78	8	42,10	19	100	,000
Normal	0	0	15	68,18	7	31,81	22	100	
Obesitas	12	85,71	2	14,28	0	0	14	100	

Berdasarkan tabel 3 hasil uji statistik menggunakan *Chi – square* dalam penelitian ini menunjukkan $p < 0,05$ yaitu, $0,000 < 0,05$ sehingga H_0 diterima berarti secara statistic dapat disimpulkan terdapat hubungan yang bermakna antara hubungan status gizi ibu sebelum hamil dengan penambahan berat badan selama hamil di PMB Bd Warsah Kabupaten Bandung Barat.

Pembahasan

Berdasarkan tabel 1 status gizi ibu hamil bahwa hampir setengah dari responden body mass index (BMI) ibu hamil dengan kategori normal sebanyak 22 orang dengan presentasi 40%. Status gizi adalah substansi makanan yang berfungsi sebagai sumber energi, pertumbuhan, sumber zat pembangun serta sebagai pertahanan dan perbaikan jaringan tubuh. Zat gizi terdiri dari karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral yang dibutuhkan untuk hidup sehat.

Status gizi merupakan cerminan dari ukuran terpenuhinya kebutuhan gizi (Muliawati, 2013: 40-50).

Kebutuhan gizi ibu hamil merupakan faktor yang penting akan mempengaruhi nutrisi ibu dan janin, sehingga seorang ibu harus memperhatikan zat – zat yang dikonsumsi untuk memenuhi kebutuhan gizinya. Kebutuhan gizi ibu hamil meliputi kebutuhan energi (karbohidrat), protein, lemak, vitamin larut dalam lemak, vitamin larut dalam air, mineral dan air (Wahyu, 2018). Status gizi selama kehamilan juga dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain kehamilan dengan umur ibu yang terlalu muda (kurang dari 20 tahun) atau umur ibu yang terlalu tua (lebih dari 35 tahun) karena umur seorang ibu berkaitan dengan perkembangan alat-alat reproduksi dan perkembangan mental, yang nantinya secara tidak langsung dapat mempengaruhi penambahan berat badan ibu selama kehamilan; kehamilan yang terlalu sering (paritas) yaitu seorang ibu yang sudah mempunyai tiga anak dan terjadi kehamilan lagi maka keadaan kesehatannya akan mulai menurun; dan jarak kehamilan maupun kelahiran yang terlalu pendek (kurang dari 2 tahun). Jarak kehamilan yang terlalu pendek akan mempengaruhi daya tahan dan gizi ibu yang selanjutnya akan berpengaruh pada reproduksi. Pendidikan yang rendah juga sangat berpengaruh karena tingkat pendidikan dapat menentukan sikap pengetahuan dan keterampilan dalam menentukan makanan keluarga (Recolecta, 2020).

Masalah gizi yang masih besar pada hakikatnya pada masalah pengetahuan dan keadaan ekonomi yang ada, sehingga kekurangan energi kronis dan anemia menjadi masalah faktor utama dalam status gizi ibu. Begitu juga dengan janin yang dikandung nya seperti perkembangan dan pertumbuhan janin terganggu, kelahiran bayi cacat dan BBLR. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Harti (2016) dengan judul “Hubungan Status Gizi dan Pola Makan terhadap Penambahan Berat Badan Ibu Hamil” dengan hasil status gizi terbanyak dengan kategori normal dengan jumlah 42 orang dengan presentasi 59,2%. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Harti (2016). Berdasarkan penelitian diperoleh hasil bahwa hampir setengah dari responden memiliki body mass index (BMII) normal. Hal ini dipengaruhi oleh asupan zat gizi yang baik. Asupan gizi responden sesuai dengan pedoman gizi seimbang sehingga status gizinya normal. Berdasarkan tabel 2 penambahan berat badan ibu selama hamil bahwa hampir setengah dari responden penambahan berat badan dengan kategori baik sebanyak 20 orang presentasi 36,4%. Berat badan adalah penggambaran jumlah protein, lemak, air, dan mineral pada tulang.

Pertambahan berat badan pada ibu hamil terdiri dari bagian utama, yaitu berat janin dan jaringan ibu. Pertambahan berat badan ibu hamil trimester II akan didominasi oleh pertambahan berat janin sebagai nutrisi untuk perkembangan otak janin dan juga untuk penibunan lemak tubuh (Shodiq, 2019: 291-299). Peningkatan berat badan ibu

selama hamil menandakan adanya adaptasi ibu terhadap pertumbuhan janin dan terdapat penimbunan kelebihan lemak di tubuh yang berlebihan pada ibu hamil. Batas kenormalan kenaikan berat badan ibu hamil sendiri tergantung dari indeks massa tubuh (IMT) wanita sebelum hamil (Irawati, 2013: 117 – 127).

Kenaikan berat badan yang berlebih atau turunnya berat badan ibu setelah kehamilan trimester II harus menjadi perhatian. Dalam keadaan normal kenaikan berat badan ibu sebelum hamil, dihitung dari mulai trimester I sampai III. Penimbangan berat badan pada umur kehamilan trimester I dan II bertujuan untuk mengetahui kenaikan berat badan ibu sebelum dan sesudah hamil. Penimbangan berat badan mulai dari trimester III bertujuan untuk mengetahui kenaikan berat badan setiap minggu (Shodiq, 2019). Kenaikan berat badan yang seharusnya selama hamil bervariasi untuk setiap wanita hamil, juga tergantung dari beberapa faktor. Selama kehamilan, ibu perlu penambahan berat badannya karena membawa calon bayi yang tumbuh dan berkembang dalam rahimnya.

Masalah penambahan berat badan sebenarnya tidak perlu di khawatirkan bila kenaikan berat badan masih normal. Selama trimester pertama kehamilan biasanya terjadi penambahan BB minimal (1-2kg). Setelah trimester II penambahan berat badan rata – rata 0,35 – 0,4 kg/minggu. Secara keseluruhan penambahan berat badan selama kehamilan berkisar antara 10 – 12,5 kg atau rata – rata 11 kg (Shodiq, 2019). Berdasarkan

penelitian yang dilakukan Harti (2016) dengan judul “Hubungan Status Gizi dan Pola Makan terhadap Penambahan Berat Badan Ibu Hamil” dengan hasil penambahan berat badan terbanyak dengan kategori tidak baik dengan jumlah 58 orang dengan presentasi 81,7%. Hasil penelitian ini tidak sesuai dengan penelitian yang dilakukan Harti (2016). Berdasarkan penelitian diperoleh hasil bahwa hampir setengah dari responden memiliki penambahan berat badan normal. Hal ini dipengaruhi faktor yang berpengaruh pada Berdasarkan tabel 4.3 hasil uji statistik menggunakan *Chi – square* dalam penelitian ini menunjukkan $p < 0,05$ yaitu, $0,000 < 0,05$ sehingga H_0 diterima berarti secara statistik dapat disimpulkan terdapat hubungan yang bermakna antara hubungan status gizi ibu sebelum hamil dengan penambahan berat badan selama hamil di PMB Bd Warsah Kabupaten Bandung Barat. Faktor yang berpengaruh pada pertambahan berat badan selama hamil adalah indeks massa tubuh pra hamil serta konsumsi energi dan protein.

Hasil analisis penelitian didapatkan bahwa faktor yang paling berpengaruh pada pertambahan berat badan selama kehamilan (trimester 1-3) adalah faktor indeks massa tubuh ibu di awal kehamilan. Ibu hamil yang memulai kehamilan dengan status gizi yang rendahseyogyanya mengonsumsi energi dan zat gizi yang adekuat agar perubahan berat badan selama hamil adekuat (Irawati, 2013). Berdasarkan penelitian yang dilakukan Harti (2016) dengan judul “Hubungan Status Gizi dan Pola Makan terhadap Penambahan Berat

Badan Ibu Hamil” dengan hasil terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dan pola makan (pola makan makanan pokok dan lauk hewani) terhadap penambahan berat badan ibu hamil. Penelitian ini sesuai dengan penelitian Harti (2016). Hasil penelitian pada table yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan status gizi ibu sebelum hamil dengan penambahan berat badan selama hamil yang artinya semakin baik (normal) gizi ibu sebelum hamil maka semakin baik (normal) pula penambahan berat badan selama hamil dan sebaliknya semakin kurang gizi ibu sebelum hamil maka semakin kurang pula penambahan berat badan selama hamil.

SIMPULAN

Kesimpulan

Berdasarkan data hasil penelitian “Hubungan Body Mass Index (BMI) dengan Penambahan Berat Badan Selama Hamil di PMB Bd W Kabupaten Bandung Barat kemudian dianalisa dan dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Dari 55 responden status gizi ibu hamil bahwa hampir setengah dari responden Body Mass Index (BMI) ibu hamil dengan kategori normal sebanyak 22 orang dengan presentasi 40%.
2. Dari 55 responden penambahan berat badan ibu selama hamil bahwa hampir setengah dari responden penambahan berat badan dengan kategori baik sebanyak 20 orang presentasi 36,4%.
3. Ada hubungan Body Mass Index (BMI) dengan penambahan berat badan selama hamil di PMB Bd W Kabupaten Bandung Barat. Hal tersebut dapat dibuktikan

dengan hasil uji statistik menggunakan *Chi – square* dalam penelitian ini menunjukkan $p = ,000 < 0,05$.

DAFTAR PUSTAKA

- Dewi Marhaeni Diah Herawati. Peran Epidemiologi Dalam Masalah Gizi Masyarakat Sistem Surveilans dan Respon Berbasis Masyarakat untuk Penanggulangan Masalah Gizi Masyarakat. *Pertem Ilm Tah Epidemiol di FK Unpad*. 2011;(April):22-23. http://pustaka.unpad.ac.id/wp-content/uploads/2016/02/9.-Peran-Epidemiologi-dalam-Masalah-Gizi-Masy_PIT-JEN-DewiMDH.pdf
- Wulandari RF, Susiloningtyas L, Jaya ST. Pendidikan Kesehatan Untuk Meningkatkan Gizi Ibu Hamil. 2021;4(1):155-161.
- Masruroh N, Nugraha G. Hubungan Antara Karakteristik Dan Kadar Hb Ibu Hamil Trimester Iii Di Puskesmas Jagir Surabaya. *Hum Care J*. 2020;5(3):624. doi:10.32883/hcj.v5i3.753
- Kaitannya H, Bblr D. Status Gizi Awal Kehamilan Dan Pertambahan Berat Badan Ibu. 2009;4(1):8-12.
- Harti, Leny B, Kusumastuty I, Hariadi I. Hubungan Status Gizi dan Pola Makan terhadap Penambahan Berat Badan Ibu Hamil. *Indones J Hum Nutr*. 2016;3(1):23-34. <http://download.portalgaruda.org/article.php?article=462598&val=7364&title=Hubungan>Status>
- Nurhayati E. Indeks Massa Tubuh (IMT) Pra Hamil dan Kenaikan Berat Badan Ibu

- Selama Hamil Berhubungan dengan Berat Badan Bayi Lahir. *J Ners dan Kebidanan Indones.* 2016;4(1):1. doi:10.21927/jnki.2016.4(1).1-5
- Ernawati A, Perencanaan B, Daerah P, Pati K. Masalah gizi pada ibu hamil nutritional issues among pregnant mothers. 2019;XIII(1):60-69.
- Sandra F, Wahyuni D, Syafiq A. Gizi Ibu Hamil Pada Kelompok Ibu Vegetarian. *Gizi Ibu Hamil Pada Kelompok Ibu Veg.* 2012;16(1):29-35.
- Tahun KB. Siti Muliawati. 2013;3(3):40-50.
- Wahyu P, Sari P. Efektifitas edukasi gizi terhadap pengetahuan gizi dan berat badan pada ibu hamil di puskesmas nusukan surakarta. Published online 2018.
- Recolecta UA de. 2 3 1 2 3 1 2 3 1 2 3 1 2 3 1. 2020;XXX(5):1. https://uardigital.cl/courses/course-v1:UAR+LPQV01+2020_1S/about
- Shodiq MF, Pramono MBA. Hubungan Peningkatan Berat Badan Trimester Iii Terhadap Berat Badan Pasca Salin. *Diponegoro Med J (Jurnal Kedokt Diponegoro)*. 2019;8(1):291-299.
- Irawati A, Rachmalina R. Indeks Massa Tubuh Ibu Pra Hamil sebagai Faktor Risiko Pertambahan Berat Badan Ibu Hamil di Kelurahan Kebun Kelapa dan Ciwaringin, Kecamatan Bogor Tengah, Kota Bogor. *Jurnal Ekologi Kesehatan.* 2013; 12(2): 117 – 127.

