

**PENGARUH PENGETAHUAN GIZI DAN POLA MAKAN IBU
HAMIL TERHADAP KEJADIAN KURANG ENERGI
KRONIS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
KOTA PANGKAJENE**

Impact of Nutritional Knowledge and Dietary Patterns of Pregnant
Women on Chronic Energy Deficiency in the
Working Area of Pangkajene City Health Center

Safira Maharani Saleh¹, Retno Sri Lestari², Rudy Hartono³

¹Mahasiswa Prodi Gizi Poltekkes Makassar

²Dosen Jurusan Gizi Poltekkes Makassar

³Dosen Jurusan Gizi Poltekkes Makassar

E-mail : safiramaharanisalehgizi@poltekkes-mks.ac.id

HP : 085394158309

ABSTRACT

Nutritional knowledge and dietary patterns are major factors that influence the nutritional status of pregnant women. Inadequate understanding of nutrition and an unbalanced diet can result in insufficient energy intake, thereby increasing the risk of Chronic Energy Deficiency (CED). This condition poses serious health risks for both the mother and the fetus. This study aims to analyze the impact of nutritional knowledge and dietary patterns on the incidence of CED among pregnant women in the working area of Pangkajene City Health Center.

This research is an observational study using a cross-sectional approach. A total of 35 pregnant women were selected through stratified random sampling and proportional sampling techniques. Data were collected using a nutritional knowledge questionnaire, a Food Frequency Questionnaire (FFQ) to assess dietary patterns, and Mid-Upper Arm Circumference (MUAC) measurements. Data analysis was conducted using the Chi-Square test with a significance level of $\alpha = 0.05$ using SPSS.

The results showed that 62.9% of pregnant women had good nutritional knowledge, 57.1% had good dietary patterns, and 34.3% experienced CED. The analysis showed a significant relationship between nutritional knowledge and CED ($p = 0.000$), as well as between dietary patterns and CED ($p = 0.016$).

In conclusion, improving nutrition education and encouraging healthy dietary habits are crucial in preventing CED among pregnant women. These findings are expected to serve as a foundation for health centers in developing nutritional interventions for maternal health.

Keywords : Chronic Energy Deficiency (CED), Nutritional Knowledge, Dietary Patterns, Pregnant Women

ABSTRAK

Pengetahuan gizi dan pola makan merupakan faktor utama yang memengaruhi status gizi ibu hamil. Kurangnya pemahaman tentang gizi serta pola makan tidak seimbang dapat menyebabkan asupan energi yang tidak mencukupi, sehingga meningkatkan risiko KEK. Hal ini, berdampak serius pada kesehatan ibu dan janin. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh pengetahuan gizi dan pola makan terhadap kejadian KEK pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Kota Pangkajene.

Penelitian ini merupakan studi observasional dengan pendekatan cross-sectional. Sampel sebanyak 35 ibu hamil diambil melalui stratified random sampling dan proporsional sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner pengetahuan gizi, FFQ untuk pola makan, dan pengukuran LILA. Analisis dilakukan menggunakan uji *Chi-Square* dengan tingkat signifikansi $\alpha=0,05$ melalui SPSS.

Hasil Penelitian menunjukkan Ibu Hamil memiliki pengetahuan gizi baik (62,9%), pola makan baik (57,1%) dan kejadian KEK (34,3%). Hasil analisis menunjukkan hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dan KEK ($p=0,000$), serta antara pola makan dan KEK ($p=0,016$).

Kesimpulan, peningkatan edukasi gizi dan pola makan sehat sangat penting dalam mencegah KEK. Hasil ini diharapkan menjadi dasar bagi puskesmas untuk intervensi gizi ibu hamil.

Kata kunci : KEK, Pengetahuan Gizi, Pola Makan

Daftar Pustaka : 33 (2020-2025)

PENDAHULUAN

Pengetahuan gizi dan pola makan ibu hamil merupakan dua aspek penting yang sangat memengaruhi kesehatan ibu dan janin. Pengetahuan ibu hamil tentang gizi bisa mempengaruhi ibu dalam pemenuhan nutrisi, sehingga

mempengaruhi status gizi ibu hamil. Ibu hamil yang memiliki pengetahuan yang baik tentang kebutuhan gizi, maka akan melakukan perilaku yang sehat seperti rajin mengonsumsi makanan bergizi dan sehat selama

hamil. Dengan perilaku sehat tersebut maka status gizi ibu juga akan normal. Sebaliknya, rendahnya pengetahuan gizi dapat menyebabkan ibu mengonsumsi makanan yang tidak mencukupi dari segi kualitas maupun kuantitas, sehingga berisiko mengalami Kurang Energi Kronis (KEK) (Sagitarini, 2022).

Masalah Kurang Energi Kronis (KEK) pada ibu hamil masih menjadi tantangan utama. Data dari *World Health Organization* (2021) menunjukkan bahwa sekitar 25% ibu hamil di negara berkembang mengalami malnutrisi energi kronis. Masalah ini sangat erat kaitannya dengan rendahnya tingkat literasi gizi dan kebiasaan makan yang buruk, seperti konsumsi makanan tinggi karbohidrat sederhana dan rendah protein hewani atau zat gizi mikro (WHO, 2021). Penelitian oleh Ahmed (2021) di wilayah Sub-Sahara Afrika menunjukkan bahwa ibu hamil dengan tingkat pengetahuan gizi rendah cenderung mengonsumsi makanan monoton dan tidak memenuhi kebutuhan gizi harian, yang berdampak pada peningkatan

risiko Kurang Energi Kronis (KEK) dan anemia (Ahmed, 2021).

Riskesdas 2018 mencatat prevalensi Kurang Energi Kronis (KEK) pada ibu hamil mencapai 17,3%, dan situasi ini belum menunjukkan perbaikan signifikan hingga tahun 2023 (Kemenkes RI, 2023). Survei terbaru menunjukkan bahwa masih banyak ibu hamil yang tidak mengetahui berapa jumlah energi tambahan yang dibutuhkan selama trimester ke-2 dan ke-3 kehamilan, atau sumber makanan apa saja yang kaya zat besi dan asam folat. Selain itu, praktik pola makan ibu hamil masih banyak dipengaruhi oleh pantangan budaya dan mitos, seperti larangan mengonsumsi ikan laut atau telur, yang menyebabkan kekurangan asupan protein dan omega-3 (Putri, 2021).

Permasalahan ini juga menjadi perhatian di Kabupaten Pangkajene dan Kepulauan. Berdasarkan laporan hasil Lokmin Bulanan Pertama Tahun 2024, prevalensi Kurang Energi Kronis (KEK) pada ibu hamil sebesar 13%. Hasil pemantauan gizi menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil

dengan KEK memiliki pengetahuan gizi yang rendah dan tidak menerapkan pola makan yang sesuai. Studi observasional lokal juga menemukan bahwa ibu hamil jarang mengikuti kelas ibu hamil atau konseling gizi di puskesmas karena kurangnya pemahaman tentang pentingnya hal tersebut (Puskesmas Kota Pangkajene, 2024).

Rendahnya pengetahuan gizi dan penerapan pola makan yang tidak tepat menjadi akar penyebab langsung terjadinya Kurang Energi Kronis (KEK). Apabila kondisi ini tidak segera ditangani, akan berdampak buruk terhadap pertumbuhan janin (BBLR, stunting), serta meningkatkan risiko komplikasi saat persalinan. Oleh karena itu, penelitian mengenai pengaruh pengetahuan gizi dan pola makan terhadap kejadian Kurang Energi Kronis pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Kota Pangkajene sangat penting dilakukan. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan data ilmiah yang berguna dalam perencanaan intervensi gizi maternal yang lebih tepat sasaran.

METODE

Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasional dengan pendekatan *cross sectional* yaitu penelitian dimana variabel terpengaruh dan variabel berpengaruh diambil dalam waktu bersamaan yaitu pengetahuan dan pola makan ibu hamil.

Tempat dan Waktu

Penelitian dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Kota Pangkajene. Pada bulan Juni 2024 sampai bulan April 2025.

Populasi dan Sampel

Populasi penelitian ini mencakup semua ibu hamil yang menjalani pemeriksaan kehamilan pada saat kegiatan penelitian dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Kota Pangkajene yaitu sebanyak 54 orang. Penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki pengaruh pengetahuan gizi dan pola makan ibu hamil terhadap kejadian KEK dalam konteks wilayah kerja Puskesmas tersebut.

Sampel dalam penelitian ini, ibu hamil yang memeriksa kehamilan pada saat kegiatan penelitian

dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Kota Pangkajene. Adapun metode pengambilan besarnya sampel dengan menggunakan *stratified random sampling*, yang dilanjutkan dengan *proporsional sampling*, besarnya sampel yang digunakan sebesar 35 orang dari jumlah populasi sebanyak 54 orang.

Metode Pengambilan Data

1. Data Primer

Data primer dalam penelitian ini diperoleh langsung dari sampel yaitu ibu hamil dalam hal ini peneliti memperoleh data berupa identitas ibu hamil (sampel penelitian) menggunakan kuesioner, data ibu hamil yang mengalami KEK diperoleh dari pengukuran LILA, data pengetahuan gizi ibu diperoleh melalui wawancara langsung menggunakan kuesioner, pola makan ibu diperoleh dari *form Food Frequency Questionnaire* (FFQ).

2. Data Sekunder

Data sekunder penelitian ini diperoleh dari data kunjungan ibu hamil yang datang memeriksakan kehamilan di

wilayah kerja Puskesmas Kota Pangkajene.

Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan Data

Data identitas dan data pengetahuan gizi ibu hamil yang diperoleh dari kuesioner diolah dengan program *Ms. Excel* dan *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS). Data pola makan yang diperoleh dari *form* FFQ diolah menggunakan SPSS.

2. Analisis Data

Analisis data yang digunakan yaitu analisis *univariate* untuk melihat deskripsi tiap variabel seperti pengetahuan gizi dan pola makan ibu hamil, juga menggunakan analisis *bivariate* untuk mengetahui pengaruh pengetahuan gizi dengan kejadian kurang energi kronis (KEK) dan untuk mengetahui pengaruh pola makan dengan kejadian kurang energi kronis (KEK) dengan menggunakan uji *Chi-Square* menggunakan program *Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) 22.0 for Windows*.

3. Cara Penyajian Data

Hasil Analisis data analitik disajikan dalam bentuk tabel yang disertai narasi sebagai penjelasan isi tabel.

HASIL

1. Karakteristik Ibu Hamil

Mayoritas ibu hamil berada pada kategori usia produktif awal yaitu rentang usia 21–25 tahun sebanyak 40%, usia ini umumnya merupakan awal fase kehidupan berumah tangga. Ibu hamil dalam penelitian ini bekerja sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT), yaitu sebanyak 85,7%. Selain itu, sebagian besar ibu hamil berada pada gravida pertama, yaitu sebanyak 57,1%.

2. Pengetahuan Gizi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan gizi ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Kota Pangkajene mayoritas baik sebanyak 62,9%.

3. Pola Makan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola makan ibu hamil di wilayah kerja

Puskesmas Kota Pangkajene mayoritas baik sebanyak 57,1%.

4. Kurang Energi Kronis

Hasil penelitian menunjukkan bahwa status kurang energi kronis pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Kota Pangkajene mayoritas normal sebanyak 65,7%.

5. Pengaruh Pengetahuan Gizi Ibu Hamil terhadap KEK

Analisis pengaruh pengetahuan gizi ibu hamil terhadap kejadian kurang energi kronis (KEK) di wilayah kerja Puskesmas Kota Pangkajene, menunjukkan bahwa mayoritas ibu hamil yang memiliki pengetahuan baik 90,9% tidak mengalami kurang energi kronis, sedangkan ibu hamil yang memiliki pengetahuan kurang sebanyak 76,9% mengalami kurang energi kronis. Pola ini memperkuat kesimpulan bahwa ibu hamil dengan pengetahuan yang lebih baik cenderung memiliki status gizi yang lebih baik. Namun dalam penelitian ini masih ditemukan ibu yang berpengetahuan tinggi tetapi mengalami KEK. Hal ini terjadi

karena pada masa kehamilan sering terjadi emesis yang mengakibatkan ibu hamil tidak dapat makanan yang cukup dan tidak menerima makanan tertentu.

6. Pengaruh Pola Makan Ibu Hamil Terhadap Kejadian KEK

Hasil analisis data pola makan ibu hamil dengan kejadian kurang energi kronis di wilayah kerja Puskesmas Kota Pangkajene, menunjukkan bahwa mayoritas ibu hamil yang memiliki pola makan baik 85% tidak mengalami kurang energi kronis, sedangkan ibu hamil yang pola makan kurang sebanyak 60% mengalami kurang energi kronis. Hal ini menunjukkan bahwa ibu hamil dengan pola makan yang kurang memiliki risiko yang lebih tinggi untuk mengalami kurang energi kronis dibandingkan dengan ibu yang memiliki pola makan yang baik.

PEMBAHASAN

1. Pengetahuan Gizi Ibu Hamil

Pengetahuan gizi adalah kemampuan ibu hamil dalam memahami dan menjawab berbagai pertanyaan terkait kebutuhan gizi selama kehamilan.

Tingkat pengetahuan ini memengaruhi sikap dan perilaku ibu dalam memilih makanan yang sehat demi menjaga kesehatan diri dan janin selama masa kehamilan.

Penelitian ini, diketahui bahwa pengetahuan gizi ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Kota Pangkajene mayoritas baik sebanyak 62,9%. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil telah memiliki pemahaman yang cukup baik mengenai pentingnya asupan gizi selama kehamilan.

2. Pola Makan Ibu Hamil

Pola makan adalah suatu cara ibu hamil dalam mengatur jumlah, jenis, dan frekuensi makanan yang dikonsumsi dengan tujuan tertentu. Tujuan tersebut antara lain untuk mempertahankan kesehatan, menjaga status gizi, serta mencegah atau membantu proses penyembuhan dari penyakit.

Penelitian ini, diketahui bahwa pola makan ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Kota Pangkajene mayoritas baik sebanyak 57,1%. Capaian ini

menunjukkan bahwa lebih dari setengah ibu hamil telah menerapkan pola makan yang sesuai dengan kebutuhan selama masa kehamilan. Pola makan yang baik sangat penting untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan janin, serta mencegah terjadinya gangguan kesehatan pada ibu.

3. Kurang Energi Kronis

Kurang energi kronis (KEK) pada ibu hamil merupakan kondisi di mana terjadi ketidakseimbangan asupan zat gizi, khususnya energi dan protein, yang berlangsung dalam jangka waktu lama. Kurang energi kronis berdampak negatif terhadap kesehatan ibu maupun perkembangan janin, seperti risiko bayi lahir dengan berat badan rendah, prematur, atau gangguan tumbuh kembang.

Penelitian ini, diketahui bahwa mayoritas ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Kota Pangkajene memiliki status gizi normal, yaitu sebesar 65,7%. Temuan ini menunjukkan bahwa mayoritas ibu hamil tidak

mengalami kurang energi kronis. Namun, masih diperlukan perhatian terhadap kelompok ibu hamil yang termasuk dalam kategori kurang energi kronis untuk mencegah risiko komplikasi kehamilan.

4. Pengaruh Pengetahuan Gizi terhadap Kejadian KEK

Penelitian ini menunjukkan bahwa dari 37,1% ibu hamil yang memiliki pengetahuan gizi kurang, sebanyak 76,9% mengalami kurang energi kronis, sementara 23,1% tidak mengalami kurang energi kronis. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan gizi yang kurang dapat meningkatkan risiko terjadinya kurang energi kronis pada ibu hamil.

Hasil uji Chi-Square pasangan data pengetahuan gizi ibu hamil terhadap kejadian kurang energi kronis (KEK), menunjukkan bahwa nilai signifikansi yang diperoleh sebesar 0,000 yang lebih kecil nilai α sebesar 0,05, sehingga diperoleh kesimpulan untuk menolak H_0 yang berarti bahwa terdapat

pengaruh yang signifikan antara pengetahuan gizi ibu hamil terhadap kejadian kurang energi kronis (KEK). Hal ini sesuai dengan pendapat Umami Kalsum (2023) bahwa ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan kejadian KEK pada kehamilan di Wilayah Kerja Puskesmas Air Tiris Tahun 2023, dengan nilai $p = 0,001$ yang artinya ibu hamil yang berpendidikan kurang akan beresiko 3 kali mengalami KEK dibandingkan ibu hamil yang berpendidikan baik (Kalsum, 2023).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Bustan (2021) mengenai Hubungan Pola Konsumsi dan Pengetahuan Gizi dengan Kejadian Kurang Energi Kronis pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Sudiang Kota Makassar. Hasil analisis bivariat dengan uji chi square diperoleh nilai $p=0,000$ ($p<0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan gizi dengan kejadian Kurang Energi Kronis (KEK) pada

ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Sudiang. Namun dalam penelitian ini masih ditemukan ibu yang berpendidikan tinggi tetapi mengalami KEK. Hal ini terjadi karena pada masa kehamilan sering terjadi emesis yang mengakibatkan ibu hamil tidak dapat makan yang cukup dan tidak menerima makanan tertentu.

5. Pengaruh Pola Makan terhadap Kejadian KEK

Penelitian ini menunjukkan bahwa dari 42,9% ibu hamil yang memiliki pola makan kurang, sebanyak 60% mengalami kurang energi kronis, sementara 40% tidak mengalami kurang energi kronis. Hal ini menunjukkan bahwa pola makan yang kurang dapat meningkatkan risiko terjadinya kurang energi kronis pada ibu hamil.

Hasil uji Chi-Square menunjukkan bahwa nilai signifikansi yang diperoleh sebesar 0,016 yang lebih kecil nilai α sebesar 0,05, sehingga diperoleh bahwa ada hubungan pola makan dengan kejadian Kurang Energi Kronis (KEK) pada ibu hamil di

wilayah kerja Puskesmas Kota Pangkajene. Ibu hamil yang pola makannya baik dapat mencegah terjadinya Kurang Energi Kronis (KEK), sedangkan ibu hamil yang pola makannya kurang dapat menyebabkan terjadinya Kurang Energi Kronis (KEK).

Penelitian ini juga terdapat 3 ibu hamil yang pola makannya baik mengalami KEK, hal ini karena jumlah makanan yang dikonsumsi tidak sesuai kebutuhan ibu hamil, pola makan yang dikaji dalam penelitian ini difokuskan pada frekuensi makan ibu hamil tanpa menganalisis jumlah asupannya, sehingga walaupun frekuensi makannya baik, namun jika jumlah makanan yang dikonsumsi kurang jumlahnya.

Penelitian oleh Kadmaerubun et al. (2023) di Puskesmas Kolser, Kabupaten Maluku Tenggara, mendukung penelitian ini. Dalam studi tersebut, semua ibu hamil dengan pola makan kurang baik mengalami kurang energi kronis, sedangkan mereka dengan pola makan baik tidak mengalami

kurang energi kronis. Sarni Anggoro (2020) juga menemukan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pola makan (karbohidrat dan protein) dengan kurang energi kronis (KEK).

Data dari penelitian ini beberapa studi lain menunjukkan bahwa pola makan yang kurang dapat mempredisposisikan ibu hamil terhadap KEK. Oleh karena itu, intervensi yang bertujuan untuk memperbaiki pola makan ibu hamil, seperti edukasi gizi dan peningkatan akses terhadap makanan bergizi, sangat penting untuk mencegah KEK dan komplikasi yang mungkin timbul selama kehamilan.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan gizi ibu hamil di Puskesmas Kota Pangkajene berada pada kategori baik yaitu 62,9%, pola makan berada pada kategori baik yaitu 57,1%, kejadian kurang energi kronis (KEK) berapa pada normal 65,7%. Hasil analisis menunjukkan ada pengaruh pengetahuan gizi ibu hamil dengan kejadian kurang energi kronis di wilayah kerja Puskesmas

Kota Pangkajene dengan nilai $p : 0,000$ dan ada pengaruh pola makan ibu hamil dengan kejadian kurang energi kronis di wilayah kerja Puskesmas Kota Pangkajene dengan nilai $p : 0,016$.

SARAN

Puskesmas Kota Pangkajene disarankan untuk meningkatkan edukasi gizi bagi ibu hamil melalui penyuluhan rutin, kelas ibu hamil, serta konsultasi gizi yang lebih intensif, guna meningkatkan asupan gizi selama kehamilan. Selain itu, ibu

hamil diharapkan agar lebih aktif mencari informasi terkait pola makan sehat dan kebutuhan gizi selama masa kehamilan, serta menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari untuk mencegah risiko KEK yang dapat berdampak pada kesehatan ibu dan janin. Bagi tenaga kesehatan, khususnya bidan dan petugas gizi, diharapkan dapat melakukan pendekatan personal dalam memberikan konseling gizi, serta pemantauan secara berkala status gizi ibu hamil.

Daftar Pustaka

- Ahmed T, Hossain M & Mahfuz M. (2021). *Knowledge and practices on maternal nutrition among pregnant women in low-income settings*. Maternal and Child Nutrition. Volume 17 (1).
- Bustan WN, Salam A, Jafar N, Devintha, Virani & Mansur MA. (2021). *Hubungan Pola Konsumsi dan Pengetahuan Gizi dengan Kejadian Kurang Energi Kronik pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Sudiang Kota Makassar*. The Journal Of Indonesian Community Nutrition. Volume 10 (1).
- Depkes RI, (2020). *Kesehatan bagi Ibu Hamil*. Pusat Promosi Kesehatan Kementrian Kesehatan RI. Jakarta.
- Dinas Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta. (2023). *Kurang Energi Kronis dan Permasalahan Gizi Remaja Wanita*. <https://dinkes.jogjapro.go.id/berita/detail/kurang-energi-kronis-dan-permasalahan-gizi-remaja-wanita>
- Diningsih RF, dkk. (2021). *Hubungan Tingkat Pengetahuan tentang Gizi terhadap Kejadian Kekurangan Energi Kronik (KEK) pada Ibu Hamil Kabupaten Pringsewu*. Binawan Student Journal. Volume 3 (3).

Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan. (2024). *Pola Makan yang Sehat*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. https://keslan.kemkes.go.id/view_artikel/3467/pola-makan-yang-sehat

Elsera C, Soniya, Marwanti, Permatasari D & Hamranani SST. (2023). *Pengetahuan Ibu Hamil tentang Gizi Masa Kehamilan sebagai Upaya Pencegahan Stunting*. Jurnal Ilmu Keperawatan. Volume 10 (2).

Handayani V. (2022). *Ibu Hamil tidak Makan Teratur, ini Dampaknya*. <https://www.halodoc.com/artikel/ibu-hamil-tidak-makan-teratur-ini-dampaknya>

Harnawati N & Chikmah I. (2023). *Peningkatan Status Gizi Ibu Hamil KEK melalui Pemberian Makanan Tambahan Tinggi Kalori di Wilayah Kerja Puskesmas Jatiroto*. Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia. Volume 12 (2).

Indah FN dan Utami I. (2020). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Berat Badan Lahir Rendah (BBLR)*. Jurnal Ilmiah Keperawatan. Volume 8 (1).

Jauziyah S, Nuryanto N, Tsani AFA & Purwanti R. (2021). *Pengetahuan Gizi dan Cara Mendapatkan Makanan Berhubungan dengan Kebiasaan Makan Mahasiswa Universitas Diponegoro*. Journal of Nutrition College. Volume 10 (1).

Kadmaerubun HS, Azis R & Genisa J. (2023). *Hubungan Pola Makan dan Asupan Gizi Dengan Kekurangan Energi Kronik (KEK) pada Ibu Hamil*. Indonesian Health Journal. Volume 2 (2).

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Pedoman Gizi Seimbang untuk Ibu Hamil*. Jakarta.

Kulsum & Wulandari DA. (2022). *Upaya Menurunkan Kejadian Kek pada Ibu Hamil melalui Pendidikan Kesehatan*. Jurnal Pengemas Kesehatan. Volume 1 (1).

Kurdanti W, Khasana TM & Wayansari L. (2020). *Lingkar Lengan Atas, Indeks Massa Tubuh, dan Tinggi Fundus Ibu Hamil sebagai Prediktor Berat Badan Lahir*. Jurnal Gizi Klinis Indonesia. Volume 16 (4).

Lestari L, Adriani L & Hernita. (2021). *Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil tentang Gizi Kehamilan dengan Kejadian Kurang Energi Kronik*. Darussalam Indonesian Journal of Nursing and Midwifery. Volume 4 (1).

Mulyani E & Kebidanan P. (2022). *Faktor yang Berhubungan dengan Pola Konsumsi pada Ibu Hamil*. Jurnal Kebidanan 1 Indonesian Journal of Midwifery Today. Volume 1 (2).

- Murniyati M & Anggraini L. (2023). *Pengaruh Pendampingan Gizi terhadap Perubahan Perilaku Pemenuhan Gizi Ibu Hamil Kurang Energi Kronik (KEK)*. Jurnal Penelitian Perawat Profesional.
- Mustafa SR, dkk. (2022). *Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil tentang Gizi dengan Kejadian Kurang Energi Kronik (KEK) pada Kehamilan di Puskesmas Jongaya*. Journal Nursing Care. Volume 8 (2).
- Panjaitan HC, dkk. (2022). *Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Kejadian KEK pada Ibu Hamil di Puskesmas Gemolong*. Darussalam Nutrition Journal. Volume 6 (2).
- Puspasari Y, Aisyah S, Rahmawati E & Minata F. (2022). *Hubungan Pola Makan dan Status Gizi dengan Kejadian KEK pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Bojonegara*. Jurnal Ilmiah Sentri. Volume 5 (1).
- Putri AA. (2023). *Dampak Penyakit KEK pada Ibu Hamil*. Student Scientific Creativity Journal (SSCJ). Volume 1 (3).
- Putri SA & Lestari YD. (2021). *Pola Makan Ibu Hamil dan Kaitannya dengan Status Gizi*. Jurnal Gizi Indonesia. Volume 9 (1).
- Rishel RA & Armalini R. (2022). *Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil Tentang Gizi Dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK)*. Nan Tongga Health And Nursing.
- Sagitarini PN, Agustini, NKT & Dewi, IGAK. (2021). *Hubungan Pengetahuan tentang Gizi dengan Status Gizi Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas II Denpasar Selatan*. Jurnal Kesehatan Medika Udayana. Volume 7 (2).
- Sholehah AH. (2023). *Gambaran Pola Makan pada Remaja Penderita Gastritis di SMAN Tanjungsari*. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Sukmawati S, Sari EN & Pitri D. (2023). *Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil tentang Gizi Kehamilan dengan Kejadian Kurang Energi Kronik (KEK) pada Kehamilan di Wilayah Kerja Puskesmas Sitiung 1 Tahun 2022*. Jurnal Pendidikan Tambusai. Volume 7 (1).
- Sulastri E, Rohaya & Afrika E. (2023). *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada Ibu Hamil di Puskesmas Keramasan Tahun 2022*. Jurnal Ilmiah Obsgin. Volume 15 (4).
- Sulistianingsih ET. (2024). *Hubungan Pola Makan Ibu Hamil dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronik (KEK) pada Trimester Pertama di Desa Jambesari*. Jurnal Ilmu Teknologi, Kesehatan, dan Humaniora. Volume 5 (2).

Tejayanti T. (2020). *Determinants Of Chronic Energy Deficiency And Low Body Mass Index Of Pregnant Women In Indonesia*. Jurnal Kesehatan Reproduksi. Volume 10 (2).

Umriati U. (2021). *Gambaran Tingkat Pengetahuan dan Pola Makan Pada Ibu Hamil Kurang Energi Kronis (KEK) di Wilayah Kerja Puskesmas Motaha Kecamatan Angata Kabupaten Konawe Selatan*. Poltekkes Kemenkes Kendari.

World Health Organization. (2021). *Nutrition in pregnancy : Global progress report*. WHO. <https://www.who.int>

Yandari D & Apriani LA. (2024). *Peningkatan Pengetahuan Gizi Ibu Hamil Melalui Edukasi Leaflet Nutrisi Seimbang*. Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat. Volume 3 (1).

Cara Pengambilan Sampel

Tabel 1. Cara pengambilan sampel

	KEK	Tidak KEK	Jumlah
Banyaknya Populasi	19	35	54
Banyaknya Sampel	$(\frac{19}{54} \times 35) = 12$	$(\frac{35}{54} \times 35) = 23$	35

Karakteristik Ibu Hamil

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Karakteristik Ibu Hamil di Puskesmas

Kota Pangkajene

Variabel	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia		
15-20 tahun	3	8.6
21-25 tahun	14	40.0
26-30 tahun	9	25.7
> 30 tahun	9	25.7
Total	35	100.0
Pekerjaan		
Guru	1	2.9
Honorar	1	2.9
IRT	30	85.7
PNS	3	8.5
Total	35	100.0
Gravida		
Pertama	20	57.1
Kedua	9	25.7
Ketiga	4	11.4
Keempat	2	5.8
Total	35	100.0

Analisis Univariat

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Gizi Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Pangkajene

Tingkat Pengetahuan Gizi Ibu Hamil	Kriteria	Frekuensi	Persen
	Kurang	13	37,1
	Baik	22	62,9
	Total	35	100,0

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Pola Makan Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Pangkajene

Pola Makan Ibu Hamil	Kriteria	Frekuensi	Persen
	Kurang	15	42,9
	Baik	20	57,1
	Total	35	100,0

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Ibu Hamil dengan Status Kurang Energi Kronis di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Pangkajene

Status Kurang Energi Kronis	Kriteria	Frekuensi	Persen
	KEK	12	34,3
	Tidak KEK	23	65,7
	Total	35	100,0

Analisis Bivariat

Tabel 6. Analisis Pengaruh Pengetahuan Gizi Ibu Hamil terhadap Kejadian Kurang Energi Kronis di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Pangkajene dengan Uji *Chi-Square*

Pengetahuan	Status KEK		x ²	p
	Tidak KEK	KEK		
Baik	20	2	13,813	0,000
Kurang	3	10		
Total	23	12		

Tabel 7. Analisis Pengaruh Pola Makan Ibu Hamil terhadap Kejadian Kurang Energi Kronis di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Pangkajene dengan Uji *Chi-Square*

Pola Makan	Status KEK		χ^2	p
	Tidak KEK	KEK		
Baik	17	3	5,836	0,016
Kurang	6	9		
Total	23	12		