

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG GIZI IKAN DENGAN PEMANFAATAN MAKAN IKAN SEBAGAI NUTRISI BAGI IBU HAMIL DALAM PENCEGAHAN STUNTING

Yuanita Novi Riani
STIKES Telogorejo Semarang

Agnes Isti Harjanti, S.Si.T, M.Kes
STIKES Telogorejo Semarang

Ns. Danny Putri Sulistyaningrum, M.Kep, Sp.Kep. MB
STIKES Telogorejo Semarang

Korespondensi penulis: 620040@stikestelogorejo.ac.id

Abstract. *Nutrition for pregnant women should receive attention because nutrition influences fetal development. However, in the reality, the knowledge of pregnant women about nutrition for the fetus is still low. One of the efforts to prevent the fetal growth problem is by consuming fish. This research determined the correlation between knowledge level about fish nutrition and the importance of consuming fish as the nutrition for pregnant women to prevent stunting. This correlation analytical research design used a retrospective approach. The population consisted of 82 respondents from all first and second-trimester mothers at MIP Mustofiah, Weding Bonang Village, Demak. The sample consisted of 76 participants taken with purposive sampling. The applied instrument was questionnaires of knowledge level and food frequency. The data analysis applied Pearson's product-moment correlation test. The results showed that the pregnant women at MIP Mustofiah, Weding village, did not consume fish as an important nutrient for pregnant women in preventing stunting. They did not consume fish because they had lower knowledge about the nutrition of fish. The evidence was the obtained p-value, 0.000 lower than 0.05. The value indicated the correlation between the knowledge level about fish nutrition and the consumption of fish as the nutritional source for pregnant women in preventing stunting. The observable correlation was strong, indicated by r-value = 0.803. The results recommended pregnant women improve their knowledge by following health socialization, reading mass media, and improving the consumption of fish as a nutritional source of pregnant women. These actions will improve the efforts to prevent stunting.*

Keywords: *Knowledge, Fish Consumption, Pregnant Women*

Abstrak. Gizi pada ibu hamil sangat penting untuk di perhatikan karena sangat mempengaruhi tumbuh kembang janin. Namun pada kenyataannya, pengetahuan ibu hamil terhadap pentingnya nutrisi untuk janin sangat kurang. Salah satu upaya untuk menangani gangguan tumbuh kembang janin yaitu dengan mengkonsumsi ikan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan tentang gizi

Received Des 07, 2022; Revised Jan 3, 2023; Feb , 2023

*Corresponding author, 620040@stikestelogorejo.ac.id

dengan pemanfaatan makan ikan sebagai nutrisi bagi ibu hamil dalam pencegahan stunting. Penelitian ini menggunakan rancangan analitik korelasi dengan pendekatan retrospektif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester I dan II yang melakukan kunjungan di PMB Mustofiah Desa Weding Bonang Demak berjumlah 82 orang. Teknik pengambilan sampel dengan cara purposive sampling dan didapatkan sampel 76 orang. Instrumen penelitian ini adalah kuesioner tingkat pengetahuan dan kuesioner food frequency. Analisis data menggunakan uji korelasi pearson's product moment. Penelitian ini menunjukkan bahwa ibu hamil di PMB Mustofiah Desa Weding kurang memanfaatkan ikan sebagai nutrisi ibu hamil dalam pencegahan stunting di karenakan pengetahuan yang rendah tentang gizi ikan dengan perolehan (p -value $0,000 < 0,05$) yang berarti terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan tentang gizi ikan dengan pemanfaatan makan ikan sebagai nutrisi bagi ibu hamil dalam pencegahan stunting dengan keeratan hubungan yang sangat kuat ($r=0,803$). Diharapkan ibu hamil untuk meningkatkan pengetahuannya dengan mengikuti penyuluhan kesehatan maupun dari media masa, dengan pengetahuan yang meningkat maka pemanfaatan makan ikan sebagai nutrisi bagi ibu hamil akan meningkat sebagai bentuk upaya ibu dalam pencegahan stunting.

Kata kunci: Pengetahuan Gizi, Pemanfaatan Ikan, Gizi Ibu Hamil

LATAR BELAKANG

Stunting merupakan keadaan malnutrisi kronis yang disebabkan oleh asupan gizi kurang dalam waktu cukup lama dimulai semenjak masa konsepsi hingga awal kelahiran yang mengakibatkan tinggi badan ataupun panjang badan anak lebih rendah dari standar usianya. Stunting baru terlihat disaat anak berusia 2 tahun. Stunting ialah keadaan gagal tumbuh kembang ditandai dengan hasil pengukuran PB/U ataupun TB/U terletak pada angka kurang dari -2 SD standar median *World Health Organization Child Growth Standards* (Achadi et al., 2020). Berdasarkan *Global Nutrition Report* tahun 2018, Indonesia merupakan 1 dari 26 negara yang sedang menghadapi permasalahan gizi salah satunya stunting dengan prevalensi lebih dari *cut-off* atau lebih dari 20% (Achadi et al., 2020). Berdasarkan Riskesdas tahun 2018 prevalensi stunting di Indonesia cukup tinggi sebesar 30,8%.

Angka prevalensi stunting di Kabupaten Demak masuk tujuh tertinggi di Jawa Tengah pada tahun 2019 yaitu sebesar 50,23% dan menjadi salah satu kabupaten/kota prioritas stunting pada tahun 2019. Kondisi di kabupaten Demak saat ini berdasarkan data real penimbangan serentak pada bulan Februari 2021 ditemukan sejumlah 4215 anak yang terjaring dalam kategori stunting. Stunting tidak hanya disebabkan oleh satu

faktor melainkan multi faktor yang dapat dilihat sejak di dalam kandungan dan setelah dilahirkan. Pertumbuhan yang kurang baik di dalam kandungan dipengaruhi oleh faktor kesehatan serta status gizi ibu. Permasalahan kekurangan zat gizi selama kehamilan dapat menyebabkan terjadinya gangguan pertumbuhan dan perkembangan janin yang ditandai dengan berat badan lahir rendah (BBLR) yaitu kurang dari 2500 gram, lahir prematur, dan juga panjang lahir rendah (PBLR) dengan panjang kurang dari 48 cm (Adani & Nindya, 2017).

Pada masa kehamilan, Ibu memerlukan asupan gizi yang adekuat untuk menunjang pertumbuhan serta perkembangan janin yang optimal. Janin tumbuh dan berkembang tergantung kepada zat-zat gizi yang dikonsumsi oleh Ibu dan juga simpanan zat gizi Ibu (Achadi et al., 2020). Ibu hamil perlu mengkonsumsi gizi seimbang dari beragam sumber makanan dan disesuaikan berdasarkan usia kehamilan, nutrisi Ibu hamil utama yang dibutuhkan seperti kalori, asam folat, protein, kalsium, zat besi, Vitamin A, C dan D (Marmi, 2018). Salah satu sumber makanan dalam pencegahan stunting adalah protein hewani yang mengandung OMEGA 3 salah satunya adalah ikan (Sofiana et al., 2021).

Ikan menjadi salah satu makanan yang sangat sehat dan berkualitas bagi tubuh manusia yang memakannya. Sebagai bahan pangan, kedudukan ikan menjadi sangat penting karena ikan merupakan sumber protein hewani yang potensial karena mengandung asam amino esensial, Omega 3, EPA dan DHA yang diperlukan oleh tubuh, disamping itu nilai biologisnya mencapai 90%, dengan jaringan pengikatnya sedikit sehingga mudah dicerna (Nugraheni, 2013). Kandungan gizi pada ikan seperti protein, mineral dan vitamin mampu memberikan manfaat luar biasa bagi kesehatan tubuh. Mengonsumsi ikan kecil juga merupakan sumber kalsium (Ca) yang baik sekali bagi anak-anak yang sedang tumbuh dan bagi ibu hamil atau sedang menyusui. Dengan mengonsumsi ikan dapat mencegah penyakit CVD, seperti hipertensi, arteriosklerosis dan penyakit jantung koroner. Penelitian yang dilakukan oleh Achmad (2004) menyebutkan bahwa jika mengonsumsi ikan dengan baik dan benar dua porsi dalam seminggu, maka akan mengurangi risiko kematian akibat penyakit jantung 3x lipat.

Banyaknya manfaat konsumsi ikan ini seharusnya sudah disadari oleh setiap lapisan masyarakat, namun pada dasarnya pemanfaatan makan/konsumsi ikan

dipengaruhi oleh wawasan dan pengetahuan mengenai asupan gizi. Selain itu latar belakang sosial masyarakat setempat juga dapat mempengaruhi pemanfaatan konsumsi ikan (Rizakiyah & Anggraeni, 2017). Berdasarkan wawancara dengan 10 ibu hamil di Desa Weding, bahwa 6 ibu diantaranya menyatakan bahwa mereka percaya makanan tabu dilarang untuk dikonsumsi ibu hamil karena dapat membuat bayi mereka memiliki sifat dan bentuk fisik seperti hewan sebagai contoh mereka takut mengonsumsi udang karena khawatir bayinya akan melengkung seperti udang dan bayi akan sulit keluar saat proses persalinan.

Studi pendahuluan yang peneliti lakukan untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu hamil mengenai gizi terhadap pemanfaatan makan ikan sebagai nutrisi bagi ibu hamil dalam pencegahan stunting dilakukan dengan memberikan kuesioner berisi 10 pertanyaan kepada 10 ibu hamil di desa Weding Kecamatan Bonang Kabupaten Demak, didapati hasil bahwa terdapat 5 orang (50%) memiliki pengetahuan kurang, terdapat 4 orang (40%) memiliki pengetahuan cukup dan terdapat 1 orang (10%) memiliki pengetahuan baik. Hasil penelitian Iriani (2021) ditemukan bahwa ada hubungan antara pengetahuan ibu hamil tentang kebutuhan gizi dengan pola konsumsi protein selama masa kehamilan di PMB Bidan M Kabupaten Cianjur. Memperkuat hasil tersebut dalam penelitian Hasibuan (Hasibuan & Mawarni, 2017) yang menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan dengan status gizi pada ibu hamil, bahwa dengan pengetahuan yang baik maka banyak ibu hamil memiliki status gizi yang baik. begitu pula sebaliknya.

Berdasarkan permasalahan diatas bahwa ikan merupakan sumber protein, vitamin, lemak dan mineral yang dapat dijadikan sebagai nutrisi bagi ibu hamil dan pengetahuan ibu mengenai gizi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi dalam pemanfaatan bahan pangan, untuk itu peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Gizi Ikan dengan Pemanfaatan Makan Ikan Sebagai Nutrisi Bagi Ibu Hamil dalam Pencegahan Stunting”.

KAJIAN TEORITIS

1. Tinjauan Tentang Pengetahuan Gizi

Pengetahuan adalah suatu hasil dari rasa keingintahuan melalui proses sensoris, terutama pada mata dan telinga terhadap objek tertentu. Pengetahuan merupakan domain yang penting dalam terbentuknya perilaku terbuka atau *open behavior*

(Donsu, 2019). Gizi merupakan bagian penting yang dibutuhkan oleh tubuh guna perkembangan dan pertumbuhan dalam bentuk dan untuk memperoleh energi, agar manusia dapat melaksanakan kegiatan fisiknya sehari-hari (Sunita, 2002). Pengetahuan gizi ibu meliputi pengetahuan tentang pemilihan konsumsi sehari-hari baik dan memberikan semua zat gizi yang dibutuhkan untuk fungsi normal tubuh. Pemilihan dan konsumsi bahan makanan berpengaruh terhadap status gizi seseorang.

2. Tinjauan Tentang Kebutuhan Gizi Ibu Hamil

Gizi seimbang bagi ibu hamil merupakan kondisi keseimbangan antara gizi yang dibutuhkan ibu hamil untuk pertumbuhan serta kesehatan perkembangan janin yang bisa dipenuhi oleh berbagai asupan gizi bermacam-macam makanan (Retnaningtyas et al., 2022). Pengaturan gizi selama kehamilan yang dimulai trimester I, trimester II serta trimester III pengaturan gizi selama kehamilan mulai dari trimester pertama, trimester kedua, sampai trimester perlu diperhatikan (Anggraini & Anjani, 2021). Protein merupakan komponen yang penting untuk pembentukan sel-sel tubuh, pengembangan jaringan, termasuk untuk pembentukan plasenta. Pada saat hamil terjadi peningkatan kebutuhan protein yang disebabkan oleh peningkatan volume darah dan pertumbuhan jaringan baru (Aritonang, 2019). Salah satu kebutuhan gizi yang perlu disesuaikan selama wanita menjalani masa kehamilan yaitu terkait dengan asupan vitamin dan mineral (Anggraini & Anjani, 2021).

3. Tinjauan Tentang Gizi Ikan

Sebagai bahan pangan kedudukan ikan menjadi sangat penting karena ikan merupakan sumber protein hewani yang potensial karena mengandung asam amino esensial yang diperlukan oleh tubuh, disamping itu nilai biologisnya mencapai 90%, dengan jaringan pengikatnya sedikit sehingga mudah dicerna (Nugraheni, 2013). Hewan ikan juga banyak mengandung mineral dan vitamin, dimana kandungan protein rata-rata 20%, mineral 1,5% dan lemak tergantung jenis ikannya dan kadarnya antara 20 - 25%. Protein ikan memiliki nilai gizi yang tinggi, mudah dicerna oleh tubuh (Nugraheni, 2013).

METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian adalah suatu strategi dalam penelitian untuk mengidentifikasi permasalahan serta mengidentifikasi bagaimana struktur penelitian

yang akan dilaksanakan (Nursalam, 2018). Rancangan penelitian yang digunakan yaitu penelitian analitik korelasi dengan pendekatan retrospektif. Rancangan penelitian analitik korelasi merupakan suatu penelitian yang menggunakan penelaah hubungan antar dua variabel atau sekelompok subjek kemudian dianalisis untuk mengetahui hubungan antar variabel independen dan variabel dependen (2012). Pendekatan retrospektif adalah penelitian berupa pengamatan terhadap peristiwa-peristiwa yang telah terjadi dengan tujuan untuk mencari faktor yang berhubungan dengan penyebab (Arikunto, 2010).

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester I dan II yang melakukan kunjungan di PMB Mustofiah Desa Weding Kecamatan Bonang Kabupaten Demak dalam 3 bulan terakhir (Mei – Juli 2022) sebanyak 82 ibu hamil. Pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Alasan menggunakan teknik *purposive sampling* adalah karena tidak semua sampel memiliki kriteria yang sesuai dengan fenomena yang diteliti. Maka total sampel dalam penelitian ini adalah 76 ibu hamil trimester I dan II. Penelitian dilakukan di PMB Mustofiah Desa Weding Kecamatan Bonang Kabupaten Demak dan waktu penelitian ini mulai pada tanggal 20 Juni – 30 Juli 2022 mencakup tahap penelitian hingga pelaporan. Teknik pengumpulan data merupakan suatu cara yang digunakan oleh peneliti untuk memperoleh data yang dibutuhkan (Sugiyono, 2016). Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan data primer yang diperoleh melalui survei dengan cara memberikan kuesioner tingkat pengetahuan dan kuesioner food frekuensi. Peneliti mendatangi responden secara langsung di PMB Mustofiah Desa Weding Kecamatan Bonang Kabupaten Demak. Pengolahan data merupakan hal yang penting dalam sebuah penelitian karena data yang diperoleh oleh peneliti masih mentah, belum memberikan informasi dan belum siap untuk disajikan, untuk memperoleh hasil dan kesimpulan yang baik, maka diperlukan pengolahan data (2012). Proses pengolahan data ini melalui beberapa tahap, yaitu: a. Memeriksa data (*Editing*); b. Memberi Kode (*Coding*); c. Memasukkan data (*Data Entry*); dan d. Pembersihan data (*Cleaning*). Analisis data dalam penelitian ini menggunakan dua pendekatan, yaitu : 1). Analisa Univariat yang bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variable penelitian; dan 2). Analisis Bivariat yang

bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan tentang gizi terhadap pemanfaatan makan ikan sebagai nutrisi bagi ibu hamil dalam pencegahan stunting.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Penelitian yang berjudul “Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Gizi Ikan dengan Pemanfaatan Makan Ikan Sebagai Nutrisi Bagi Ibu Hamil dalam Pencegahan Stunting”, pada ibu hamil trimester I dan II yang melakukan kunjungan di PMB Mustofiah Desa Weding Kecamatan Bonang Kabupaten Demak. PMB Mustofiah merupakan salah satu Praktik Mandiri Bidan yang pelayanannya banyak diminati oleh masyarakat terkhususnya pelayanan persalinan. Selain itu terpilihnya PMB Mustofiah sebagai lokasi penelitian dikarenakan lokasi PMB tersebut berada di Desa Weding Kecamatan Bonang merupakan wilayah dengan angka kejadian tertinggi di Kabupaten Demak. Data diperoleh menggunakan kuesioner tingkat pengetahuan dan kuesioner food frekuensi kemudian data diolah menggunakan sistem komputersisasi SPSS Versi 24.0. Hasil penelitian disajikan dengan analisis univariat dan bivariat.

B. Analisis Univariat

Karakteristik dari 76 responden dalam penelitian ini meliputi umur ibu, usia kehamilan, pendidikan dan pekerjaan dapat dijelaskan pada tabel berikut:

Tabel 1.
Distribusi Karakteristik Responden

Karakteristik	n	%
Usia:		
20 – 35 Tahun	63	82,9%
>35 tahun	13	17,1%
Karakteristik		
Usia Kehamilan:		
Trimester I	52	68,4%
Trimester II	24	31,6%
Pendidikan:		
SD/MI	10	13,2%
SMP/MTs	8	10,5%
SMA/SMK/MA	54	71,1%
Diploma/Sarjana	4	5,3%
Pekerjaan:		

Pedagang	4	5,3%
Karyawan Swasta	38	50%
PNS	2	2,6%
Ibu Rumah Tangga	32	42,1%

Sumber: data primer yang diolah (2022)

Berdasarkan tabel 4.1 diatas, dapat diketahui bahwa karakteristik responden berdasarkan usia mayoritas berada pada usia 20 – 35 tahun yaitu sebanyak 82,9%. Berdasarkan usia kehamilan mayoritas responden dalam penelitian ini pada trimester I yaitu sebesar 68,4%. Berdasarkan karakteristik pendidikan menunjukkan bahwa mayoritas responden berpendidikan tamat SMA/SMK/MA yaitu sebanyak 71,1%. Sedangkan karakteristik pekerjaan menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pekerjaan sebagai karyawan swasta yaitu sebanyak 50%.

Analisis univariat terkait dengan variabel tingkat pengetahuan responden tentang gizi ikan berdasarkan jawaban responden atas 10 pernyataan yang ada di dalam kuesioner tingkat pengetahuan, hasil tersebut kemudian dibentuk menjadi distribusi frekuensi dengan dikelompokkan menjadi 3 kategori yaitu tinggi, sedang dan rendah (Arikunto, 2010) dapat dijelaskan sebagai berikut:

Tabel 2.
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Responden

Kategori	frekuensi	Persentase
Tinggi (Skor 80 – 100)	4	5,3%
Sedang (Skor 60 – 70)	17	22,4%
Rendah (Skor < 60)	55	72,4%
Total	76	100%

Sumber: data primer yang diolah (2022)

Hasil distribusi frekuensi diatas menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki pengetahuan yang rendah tentang gizi ikan yaitu sebanyak 72,4%.

C. Bivariat

Uji korelasi *pearson's product moment* dilakukan untuk mengetahui kuat lemahnya hubungan dan untuk mengetahui arah hubungan yang terjadi antara tingkat pengetahuan terhadap pemanfaatan makan ikan sebagai nutrisi bagi ibu hamil dalam pencegahan stunting dengan berpedoman pada ketentuan berikut ini:

Tabel 3.
 Interpretasi Nilai Korelasi *Pearson*

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,00 – 0,199	Sangat Lemah
0,20 – 0,399	Lemah
0,40 – 0,599	Sedang
0,60 – 0,799	Kuat
0,80 – 1,00	Sangat Kuat

Sumber: Sugiyono (2016)

Hasil uji korelasi pearson berbantu program SPSS versi 24.0 dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.
 Hasil Analisis Korelasi *pearson's product moment*

Variabel	<i>p-value</i>	N	<i>Pearson Correlation (r)</i>
Pengetahuan dengan pemanfaatan makan ikan	0,000	76	0,803

Sumber: data primer yang diolah (2022)

Berdasarkan hasil analisis korelasi *pearson's product moment* diketahui bahwa nilai *p-value* sebesar $0,000 < 0,05$ sehingga dapat disebutkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dengan pemanfaatan makan ikan sebagai nutrisi bagi ibu hamil dalam pencegahan stunting. Sedangkan besar nilai korelasi (*r*) yang diperoleh adalah 0,803 berada pada interval koefisien 0,8 – 1,0. Hasil ini menunjukkan bahwa terjadi keeratan hubungan yang sangat kuat antara tingkat pengetahuan dengan pemanfaatan makan ikan sebagai nutrisi bagi ibu hamil.

D. Pembahasan

1. Karakteristik Responden

a. Usia Responden

Hasil penelitian ini menunjukkan mayoritas ibu hamil dalam penelitian ini berada pada usia 20 – 35 tahun (82,9%) usia tersebut termasuk pada usia muda. Hal ini sejalan menurut hasil penelitian Astuti dan Widayatun (2018), yang menyebutkan bahwa umur dapat berpengaruh terhadap daya tangkap dan pola

pikir seseorang. Dimana semakin bertambah umur seseorang maka semakin banyak pengalaman dan pengetahuan yang di perolehnya, sehingga bisa meningkatkan kematangan mental dan intelektual.

b. Usia Kehamilan

Karakteristik responden berdasarkan usia kehamilan menunjukkan bahwa mayoritas responden pada trimester I yaitu sebesar 68,4% dan responden paling sedikit pada trimester II yakni 31,6%. Menurut teori Supariasa dkk. (2016) bahwa seribu hari pertama kehidupan (1000 HPK) menjadi “golden period” yang perlu mendapatkan perhatian lebih, pasalnya, kegagalan optimalisasi di 1000 HPK dapat memberikan dampak jangka panjang bagi kehidupan anak. Hal ini sejalan dengan penelitian Puspita dkk. (2021) bahwa Stunting dapat dicegah dengan memperhatikan asupan gizi pada periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) atau sering disebut dengan *window of opportunities* merupakan kelompok target dari program intervensi spesifik pemerintah dalam mengatasi masalah stunting, masa emas dimana dimulai dari masa janin hingga anak usia dua tahun.

c. Pendidikan

Karakteristik responden berdasarkan pendidikan menunjukkan bahwa mayoritas responden berpendidikan tamat SMA/SMK/MA yaitu sebanyak 71,1%. Menurut Munthe (2009) bahwa pengetahuan itu tidak hanya berada dalam jalur formal saja tetapi ada jalur informal. Responden dalam penelitian ini yang memiliki tingkat pendidikan menengah ada beberapa yang tidak mampu menjawab pertanyaan dengan benar dan memiliki pengetahuan yang rendah, ini membuktikan bahwa tingkat pendidikan yang tinggi tidak selalu menjamin memiliki pengetahuan yang tinggi pula.

d. Pekerjaan

Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan menunjukkan bahwa sebagian responden memiliki pekerjaan sebagai karyawan swasta yaitu sebanyak 50% dan responden paling sedikit memiliki pekerjaan sebagai PNS yakni 2,6%. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fauzia dkk. (2019) ibu yang sibuk bekerja (sebagai karyawan swasta/pedagang/PNS) hanya fokus pada pekerjaannya saja dan tidak terlalu sering melakukan interaksi dengan rekan

kerjanya karena tuntutan kerjaan yang harus tepat waktu, sehingga tidak adanya informasi tentang kandungan gizi pada ikan yang ibu peroleh.

2. Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil tentang Gizi Ikan

Tingkat pengetahuan responden tentang gizi ikan dari 76 responden didapatkan nilai rata-rata pengetahuan adalah 43,03 dengan nilai minimal 10 dan nilai maksimal 90. Dengan distribusi frekuensi 4 orang atau sebanyak 5,3% memiliki pengetahuan yang tinggi, 17 orang atau sebesar 22,4% memiliki pengetahuan yang sedang dan 55 orang atau sebesar 72,4% memiliki pengetahuan yang rendah. Hasil tersebut menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki pengetahuan yang rendah tentang gizi ikan yaitu sebanyak 72,4%. Menurut Notoatmodjo (2012) bahwa pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu, pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki pengetahuan tentang gizi ikan yang rendah.

3. Pemanfaatan Makan Ikan Sebagai Nutrisi Bagi Ibu Hamil

Pemanfaatan makan ikan sebagai nutrisi bagi ibu hamil dalam pencegahan stunting diketahui bahwa dari 76 responden didapatkan nilai rata-rata pemanfaatan makan ikan adalah 30,75 dengan nilai minimal 16 dan nilai maksimal 66. Dengan distribusi frekuensi 9 orang atau sebanyak 11,8% memanfaatkan makan ikan sebagai nutrisi bagi ibu hamil, 22 orang atau sebesar 28,9% cukup memanfaatkan makan ikan sebagai nutrisi bagi ibu hamil dan 45 orang atau sebesar 59,2% kurang memanfaatkan makan ikan sebagai nutrisi bagi ibu hamil. Hasil tersebut menunjukkan bahwa mayoritas responden kurang memanfaatkan makan ikan sebagai nutrisi bagi ibu hamil yaitu sebanyak 59,2%. Hal tersebut dikarenakan pengetahuan yang rendah tentang gizi ikan. Berdasarkan teori Notoatmodjo (2012) mengatakan bahwa seseorang yang memiliki sikap positif atau negatif berarti telah memiliki keyakinan tentang suatu hal yang memberikan kecenderungan untuk bertindak sesuai dengan pendapat dan keyakinannya, atau bentuk dari respon suka tidaknya dengan objek yang dirasakannya. Menurut peneliti kurangnya pemanfaatan makan ikan sebagai nutrisi ibu hamil disebabkan

karena kurangnya pengetahuan ibu tentang gizi ikan, sehingga ibu hamil kurang tahu manfaat yang terkandung dalam ikan tersebut.

4. Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi Ikan Terhadap Pemanfaatan Makan Ikan Sebagai Nutrisi Bagi Ibu Hamil dalam Pencegahan Stunting

Hasil uji korelasi pearson membuktikan bahwa terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dengan pemanfaatan makan ikan sebagai nutrisi bagi ibu hamil dalam pencegahan stunting dengan keeratan hubungan yang sangat kuat (p -value $< 0,05$ dengan nilai $r = 0,803$). Arah hubungan yang dimiliki bersifat positif karena nilai korelasi positif, hal ini berarti semakin tinggi tingkat pengetahuan ibu hamil maka semakin memanfaatkan makan ikan sebagai nutrisi dalam pencegahan stunting, begitu pula sebaliknya jika tingkat pengetahuan ibu hamil rendah, maka pemanfaatan makan ikan sebagai nutrisi dalam pencegahan stunting akan berkurang. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Permanisuci dan Soeyono (Permanisuci & Soeyono, 2021) yang menunjukkan adanya hubungan antara kecukupan asupan protein turunan ikan dengan kejadian stunting pada anak di bawah dua tahun. Anak yang asupan proteinnya buruk memiliki risiko 5,5 kali lebih besar untuk mengalami stunting.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah di uraikan diatas maka dapat disimpulkan bahwa karakteristik usia responden mayoritas berada pada usia 20 – 35 yaitu sebanyak 82,9%. Usia kehamilan responden mayoritas pada trimester I yaitu sebesar 68,4%. Pendidikan responden sebagian besar tamat SMA/SMK/MA yaitu sebanyak 71,1%. Mayoritas pekerjaan responden sebagai karyawan swasta yaitu sebanyak 50%. Tingkat pengetahuan responden tentang gizi ikan sebesar 72,4% responden memiliki pengetahuan yang rendah. Pemanfaatan makan ikan responden sebagian besar berada pada kategori kurang memanfaatkan makan ikan sebagai nutrisi bagi ibu hamil dalam pencegahan stunting yaitu sebanyak 59,2%. Terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan tentang gizi ikan dengan pemanfaatan makan ikan sebagai nutrisi bagi ibu hamil dalam pencegahan stunting dengan keeratan hubungan yang sangat kuat (p -value $0,000 < 0,05$ dengan nilai $r = 0,803$).

DAFTAR REFERENSI

- Achadi, E. L., Achadi, A., & Aninditha, T. (2020). Pencegahan Stunting: Pentingnya Peran 1000 Hari Pertama Kehidupan. *Jakarta: Rajagrafindo Persada.*
- Achmad, D. S. (2004). Ilmu Gizi untuk mahasiswa dan profesi jilid II. *Jakarta: Dian Rakyat.*
- Adani, F. Y., & Nindya, T. S. (2017). Perbedaan asupan energi, protein, zink, dan perkembangan pada balita stunting dan non stunting. *Amerta Nutrition, 1(2)*, 46–51.
- Anggraini, N. N., & Anjani, R. D. (2021). Kebutuhan Gizi Ibu Hamil pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Pangan Dan Gizi, 11(1)*, 42–49. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JPDG/article/view/7491>
- Arikunto, S. (2010). Metode Penelitian. *Jakarta: Rineka Cipta, 173.*
- Aritonang, I. (2019). *Gizi Ibu dan Anak: Esensinya Bagi Pembangunan Manusia.*
- Astuti, Y., & Widayatun. (2018). Determinan Perilaku Kesehatan Ibu Pada Masa Kehamilan: Kasus Kota Medan (Determinant of Maternal Health Behavior During Pregnancy: Case of Medan City). *Jurnal Kependudukan Indonesia, 13(1)*, 16. <https://ejurnal.kependudukan.lipi.go.id/index.php/jki/article/view/322/pdf>
- Donsu, J. D. T. (2019). Psikologi Keperawatan. In *Yogyakarta. Pustaka Baru.*
- Fauzia, N. R., Sukmandari, N. M. A., & Triana, K. Y. (2019). Hubungan Status Pekerjaan Ibu Dengan Status Gizi Balita. *Journal Center of Research Publication in Midwifery and Nursing, 3(1)*, 28–32.
- Hasibuan, S. P. B., & Mawarni, S. (2017). Hubungan Pengetahuan Dan Pendidikan Ibu Dengan Status Gizi Ibu Hamil Di Puskesmas Indra Puri Aceh Besar. *Journal of Healthcare Technology and Medicine, 3(2)*, 363–367.
- Iriani, O. S., Triwidiyantari, D., & Fitriarsari, A. (2021). Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil tentang Kebutuhan Gizi dengan Pola Konsumsi Protein Selama Masa Kehamilan di PMB Bidan M Kabupaten Cianjur. *Jurnal Sehat Masada, 15(2)*, 231–240.
- Munthe, B. (2009). *Desain Pembelajaran.* PT Pustaka Insan Madani.
- Notoatmodjo, S. (2012). Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. *Jakarta: Rineka Cipta, 193.*
- Nugraheni, M. (2013). Pengetahuan Bahan Pangan Hewan. In *Graha Ilmu.* Graha Ilmu.
- Nursalam, I. I. (2018). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis. *Salemba Medika.*
- Permanisuci, P. I., & Soeyono, R. D. (2021). Asupan Makanan, Pengetahuan Gizi Ibu, dan Status Gizi Siswa Sekolah Dasar Inklusi Galuh Handayani Surabaya. *GIZI UNESA, 1(02)*, 72–81.
- Puspita, L., Umar, M. Y., & Wardani, P. K. (2021). Pencegahan Stunting Melalui 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ungu (ABDI KE UNGU), 3(1)*, 13–16.

- Retnaningtyas, E., Retnoningsih, Kartikawati, E., Nuning, Sukemi, Nilawati, D., Nurfajri, & Denik. (2022). Upaya Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Melalui Edukasi Mengenai Kebutuhan Nutrisi Ibu Hamil. *ADI Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 19–24. <https://doi.org/10.34306/adimas.v2i2.552>
- Rizakiyah, H., & Anggraeni, A. A. (2017). Perilaku konsumsi ikan ibu rumah tangga Desa Joho 07, Sleman, Yogyakarta. *Journal of Culinary Education and Technology*, 6(7).
- Sofiana, M. S. J., Yuliono, A., Warsidah, W., & Safitri, I. (2021). Sosialisasi pemanfaatan pangan hasil laut dan diversifikasi olahannya sebagai usaha menanggulangi stunting pada anak Balita di Kalimantan Barat. *Journal of Community Engagement in Health*, 4(1), 103–112.
- Sugiyono, S. (2016). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D. *Bandung: Alfabeta*.
- Sunita, A. (2002). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Gramedia Pustaka Utama.
- Supariasa, I. D. N., Bakri, B., & Fajar, I. (2016). *Penilaian Status Gizi*. EGC.