

**HUBUNGAN ASUPAN MAKRONUTRIEN DENGAN
KENAIKAN BERAT BADAN PADA IBU HAMIL**



Skripsi

Diajukan ke Fakultas Kedokteran Universitas Andalas sebagai
Pemenuhan Salah Satu Syarat untuk Mendapatkan
Gelar Sarjana Kedokteran

Oleh

HAFIZH DZAKI MUZHAFAR

NIM : 1810312030

Pembimbing:

Prof. dr. Nur Indrawaty Lipoeto, M.Sc, Ph.D, Sp.GK (K)

Dr. dr. Hudila Rifa Karmia, Sp.OG

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ANDALAS**

PADANG

2022

ABSTRACT

CORRELATION BETWEEN MACRONUTRIENT INTAKE WITH WEIGHT GAIN IN PREGNANT WOMEN

By

Hafizh Dzaki Muzhaffar

Chronic energy deficiency and obesity are nutritional conditions in pregnant women that can be monitored through weight gain. The physiological adaptation of pregnancy was the intake of macronutrients needed by the body. This study aimed to determine the relationship between macronutrient intake and gestational weight gain in pregnant women.

This analytical observational with a cross-sectional approach was carried out at the Faculty of Medicine at Andalas University from January 2022 until June 2022. This study used secondary data from the main research with 139 respondents. The analysis of the data using the Pearson correlation test.

The results showed that total energy intake ($p=0.376$), carbohydrate ($p = 0.787$), protein ($p=0.175$), fat ($p = 0.416$) with average of energy intake $1758,70\pm 481,21$ kcal/day, carbohydrate intake 250.31 ± 69.68 g/day, protein intake 58.91 ± 23.551 g/day, and fat intake 57.84 ± 29.946 g/day. The average weight gain is 12.29 ± 4.803 kg.

This study concludes that many pregnant women still did not have sufficient intake of macronutrients and weight gain. There is no relationship between macronutrient intake with gestational weight gain in pregnant women. Pregnant women are expected to pay more attention to daily macronutrient intake.

Key word: *Macronutrient intake, weight gain, pregnant women.*

ABSTRAK

HUBUNGAN ASUPAN MAKRONUTRIEN DENGAN KENAIKAN BERAT BADAN PADA IBU HAMIL

Oleh

Hafizh Dzaki Muzhaffar

Kekurangan energi kronis (KEK) dan obesitas merupakan kondisi status gizi pada ibu hamil yang bisa dipantau melalui kenaikan berat badan. Adaptasi fisiologis dari masa kehamilan adalah meningkatnya jumlah asupan makronutrien yang dibutuhkan oleh tubuh. Tujuan umum dari penelitian ini untuk mengetahui adanya hubungan antara asupan makronutrien dengan kenaikan berat badan pada ibu hamil.

Jenis penelitian analitik observasional dengan pendekatan *cross sectional* yang dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Andalas pada bulan Januari 2022 hingga Juni 2022. Penelitian ini menggunakan data sekunder dari penelitian utama dengan jumlah responden sebanyak 139 responden yang diambil dengan teknik *total sampling*. Uji analisis yang digunakan adalah uji korelasi *pearson*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa jumlah asupan energi ($p = 0,376$), karbohidrat ($p = 0,787$), protein ($p = 0,175$), dan lemak ($p = 0,416$) dengan rata-rata asupan energi $1758,70 \pm 481,21$ kkal/hari, asupan karbohidrat $250,31 \pm 69,68$ g/hari, asupan protein $58,91 \pm 23,551$ g/hari, dan asupan lemak $57,84 \pm 29,946$ g/hari. Rata-rata pertambahan berat badan adalah $12,29 \pm 4,803$.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah masih banyak ibu hamil yang tidak mencukupi asupan makronutrien dan kenaikan berat badan. Tidak terdapat hubungan asupan makronutrien dengan kenaikan berat badan pada ibu hamil. Diharapkan ibu hamil agar lebih memperhatikan asupan makronutrien sehari-hari.

Kata kunci: Asupan makronutrien, kenaikan berat badan, ibu hamil