



**UNIVERSITAS ANDALAS**

**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI, POLA MAKAN, DAN  
AKTIVITAS FISIK DENGAN KENAIKAN BERAT BADAN  
PADA IBU HAMIL DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS  
BELIMBING KOTA PADANG**

**Oleh:**

**WINDY LISRI SILVIA SIREGAR**

**No. BP. 1811221006**

**Pembimbing 1 : Dr. Azrimaidaliza, SKM, MKM**

**Pembimbing 2 : Resmiati, SKM, MKM**

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT**

**UNIVERSITAS ANDALAS**

**PADANG, 2023**

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT**

**UNIVERSITAS ANDALAS**

**Skripsi, September 2023**

**WINDY LISRI SILVIA SIREGAR, No. BP.1811221006**

**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI, POLA MAKAN, DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KENAIKAN BERAT BADAN PADA IBU HAMIL DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BELIMBING KOTA PADANG**

**xiii + 78 halaman, 25 tabel, 4 gambar, 14 lampiran**

### **ABSTRAK**

#### **Tujuan**

Kenaikan berat badan merupakan indikator untuk menentukan status gizi ibu hamil. Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kenaikan berat badan ibu hamil adalah pengetahuan gizi, faktor sosial, pola makan, kepadatan penduduk, kemiskinan, edema, proses metabolisme, mual, muntah dan merokok. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan gizi, pola makan, dan aktivitas fisik dengan kenaikan berat badan pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Belimbing Kota Padang.

#### **Metode**

Penelitian ini menggunakan desain *observasional analitic* menggunakan pendekatan *cross sectional*. Sampel penelitian ini adalah 81 orang ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Belimbing Kota Padang yang diambil dengan teknik *simple random sampling*. Data dikumpulkan secara *door to door* dengan wawancara dan pengisian kuesioner. Data dianalisis menggunakan uji *Mann-Whitney*.

#### **Hasil**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata kenaikan berat badan pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Belimbing Kota Padang dengan median 1,7 kg, minimum 0,4 kg dan maksimum 5,5 kg. Lebih dari setengah (53,1%) ibu hamil memiliki pengetahuan gizi baik, 67,9% ibu hamil memiliki pola makan yang baik, 77,8% ibu hamil memiliki aktivitas fisik sedang. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi ( $p\text{-value} = 0,112$ ), dan aktivitas fisik ( $p\text{-value} = 0,829$ ) dengan kenaikan berat badan pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Belimbing Kota Padang. Terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan ( $p\text{-value} = 0,001$ ) dengan kenaikan berat badan pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Belimbing Kota Padang.

#### **Kesimpulan**

Pengetahuan gizi, dan aktivitas fisik tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan kenaikan berat badan pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Belimbing Kota Padang. Sedangkan pola makan memiliki hubungan yang signifikan dengan kenaikan berat badan pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Belimbing Kota Padang.

**Daftar Pustaka:** 66 (1993-2022)

**Kata Kunci** :Aktivitas fisik, pengetahuan gizi, pola makan, kenaikan berat badan.



**FACULTY OF PUBLIC HEALTH**

**ANDALAS UNIVERSITY**

**Undergraduated Thesis, September 2023**

**WINDY LISRI SILVIA SIREGAR, No. BP. 1811221006**

**THE RELATIONSHIP KNOWLEDGE OF NUTRITION, EATING PATTERN, AND PHYSICAL ACTIVITY WITH WEIGHT INCREASE IN PREGNANT WOMEN IN THE WORKING AREA OF BELIMBING HEALTH CENTER, PADANG CITY**

**xiii + 78 pages, 25 tables, 4 figures, 14 attachments**

**ABSTRACT**

**Objective**

Weight gain is an indicator to determinan the nutritional status of pregnant women. Factors that influence the weight gain of pregnant women are nutritional knowledge, social factors, eating petteren, population density, popery, edema, metabolic processes, nausea, vomiting and smoking. This study aims to determine the relationship between nutritional knowledge, eating pattern, and physical activity with weight gain in pregnant women in the working area of the Belimbing Health Center, Padang City.

**Methods**

This study used an observational analityc design using a cross sectional approach. The sample of this study was 81 pregnant women in the working area of the Belimbing Health Center in Padang City who were taken with simple random sampling technique. Data were analyzed usig Mann-Whitney test.

**Results**

The results showed that the average weight gain in pregnant women in the working area of Belimbng Health Center in Padang City with a median of 1,7 kg, a minimum of 0,4 kg, and maximum of 5,5 kg. More than half (53,1%) of pregnant women have good nutritional knowledge, 67,9% of pregnant women have a good eating patteredn, 77,8% of pregnant women have moderate physical activity. There was no significant relationship between nutritional knowledge (p-value = 0,112), and physical activity (p-value = 0,829) with weight gain in pregnant women in the working area of Puskesmas Belimbing, Padang City. There is a significant relationship between eating petteren (p-value = 0,001) and weight gain in pregnant women in the working area of the Belimbing Community Health Center, Padang City.

**Conclution**

Nutritional knowledge, and physical activity do not have a significant relationship with weight gain in pregnant women in the working area of the Belimbing Health Center, Padang City. While eating patteredn has a significant relationship with weight gain in pregnant women in the working area of the Belimbing Health Center, Padang City.

**Reference** : 66 (1993-2022)

**Keywords** : Physical activity, nutrition knowledge, eating pattenen, weight gain.

