

ABSTRAK
PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG GIZI SEIMBANG DI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS JAGIR KOTA SURABAYA

Oleh: Dhea Kusuma Sari

Gizi seimbang adalah susunan makanan sehari-hari yang mengandung zat-zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman atau variasi makanan, aktivitas fisik, kebersihan, dan berat badan ideal. Beberapa penyebab yang mempengaruhi terjadinya gizi kurang adalah kurangnya asupan makanan dan penyakit infeksi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Gizi Seimbang Di Wilayah Kerja Puskesmas Jagir Kota Surabaya. Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil dengan kriteria tertentu sebanyak 91 ibu hamil. Teknik pengambilan sampel ini menggunakan teknik *Non Probability Sampling*. Peneliti dalam mengumpulkan data dari responden menggunakan kuisisioner terbuka dalam bentuk *hard file* yang nantinya akan disebarlang langsung kepada responden. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa lebih dari setengah ibu hamil dengan jumlah lebih dari setengah 49 orang (54%) berpengetahuan cukup, dan sebagian kecil 2 orang (2%) berpengetahuan kurang. Untuk meningkatkan pengetahuan tentang gizi seimbang Ibu hamil di harapkan untuk lebih aktif dalam kunjungan antenatal care, mencari informasi dari penyuluhan, sharing antar sesama ibu hamil maupun media sosial.

Kata kunci: Pengetahuan, Ibu Hamil, Gizi Seimbang

ABSTRACT

KNOWLEDGE OF PREGNANT WOMEN ABOUT BALANCED NUTRITION IN THE WORK AREA OF THE JAGIR PUBLIC HEALTH CENTER, SURABAYA CITY

By : Dhea Kusuma Sari

Balanced nutrition is a daily diet containing nutrients in the type and amount according to the body's needs, taking into account the principles of food diversity or variation, physical activity, cleanliness, and ideal body weight. Some of the causes that affect malnutrition are lack of food intake and infectious diseases. Efforts are given to pregnant women, namely having to consume needs that meet and are suitable for the mother and for the growth and development of the fetus / baby. The purpose of this study was to know pregnant women about balanced nutrition in the Jagir Public Health Center, Surabaya City. This research uses descriptive research method. The population in this study were pregnant women with certain criteria as many as 91 pregnant women. This sampling technique uses the technique Non Probability Sampling. Researchers in collecting data from respondents used open questionnaires in the form of hard files which would later be distributed directly to respondents. The results of this study indicate that more than half of pregnant women with more than half of 49 people (54%) have sufficient knowledge, and a small proportion of 2 people (2%) have less knowledge. To increase knowledge about balanced nutrition, pregnant women are expected to be more active in antenatal care visits, seek information from counseling, share among pregnant women and social media.

Keywords: Knowledge, Pregnant Women, Balanced Nutrition