



**KAJIAN KUALITATIF PENOLAKAN MAKAN SELAMA KEHAMILAN PADA
IBU HAMIL KURANG ENERGI KRONIS**

TUGAS AKHIR

Untuk Memenuhi Persyaratan

Memperoleh Gelar Sarjana Gizi



Oleh:

Davita Ayudya Renna Nathania

NIM 155070300111023

PROGRAM STUDI FILM GIZI

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS BRAWIJAYA

MALANG

2019



KATA PENGANTAR

Segala puji penulis panjatkan untuk Tuhan Yang Maha Esa yang selalu memberi kekuatan dan penyertaannya sehingga akhirnya penulis mampu menyelesaikan tugas akhir yang berjudul “Kajian Kualitatif Penolakan Makan Selama Kehamilan Pada Ibu Hamil Kurang Energi Kronis”

Pembuatan proposal sebagai syarat tugas akhir ini adalah salah satu pengalaman berharga dalam perjalanan pendidikan, karena proposal ini adalah salah satu bekal bagi penulis agar bisa terus menerus memperbaiki diri. Seiring dengan selesainya proposal sebagai syarat tugas akhir ini, penulis hendak menyampaikan banyak terima kasih kepada:

1. Dr. Nurul Muslihah, SP, M.Kes, sebagai pembimbing pertama yang selalu memberikan saran dan bimbingan sehingga penulis mampu menyelesaikan tugas akhir ini.
2. Cleonara Yanuar Dini, S.Gz, MSc, RD, sebagai pembimbing kedua yang selalu memberikan saran dan bimbingan sehingga penulis mampu menyelesaikan tugas akhir ini.
3. dr. Alidha Nur Rakhmani, S.Ked., M.Sc., sebagai dosen penguji yang memberikan masukan untuk menyempurnakan naskah Tugas Akhir.
4. Dr. dr. Wisnu Barlianto, M.Si.Med, SpA(K), Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya yang telah memberikan kesempatan bagi penulis sehingga dapat menempuh pendidikan di Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya.
5. Dian Handayani, S.K.M., M.Kes., Ph.D., Ketua Jurusan Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya yang telah memberikan kesempatan



bagi penulis sehingga dapat menempuh pendidikan di Jurusan Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya.

6. Segenap anggota Tim Pengelola Tugas Akhir FKUB, yang telah membantu melancarkan urusan administrasi, sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir dengan lancar.

7. Yang tercinta ibunda Dyah Winantu dan ayahanda Bahmabg Triwahyu Utomo serta adik Griselda Nindita atas segala pengertian dan kasih sayangnya

8. Ibu-ibu kader yang sudah meluangkan waktu dan membantu mencari alamat informan

9. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu dan telah membantu penulis dalam penulisan tugas akhir ini.

Sesungguhnya tugas akhir ini masih sangat jauh dari kata dari sempurna, oleh karena itu penulis membuka diri untuk segala saran dan kritik yang membangun. Akhirnya, tugas akhir ini dapat diselesaikan dan semoga bisa bermanfaat bagi kita semua.

Malang, Juni 2019

Penulis

ABSTRAK

Nathania, Davita A.R. 2019. **Kajian Kualitatif Penolakan Makan Selama Kehamilan pada Ibu Hamil Kurang Energi Kronis**. Tugas Akhir, Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Brawijaya. Pembimbing : (1) Dr.Nurul Muslihah,SP.,M.Kes (2) Cleonara Yanuar Dini,S.Gz.,M.Sc.,RD

Kondisi KEK pada ibu hamil atau ketidakcukupan energi dalam waktu yang lama dapat menyebabkan gangguan pada janin dan ibu sendiri. Kondisi kehamilan sendiri menyebabkan adanya perubahan pada ibu hamil seperti adanya mual dan muntah yang memungkinkan adanya penolakan makan pada ibu hamil. Penolakan makan saat hamil memungkinkan adanya perubahan terhadap kebiasaan makan selama kehamilan. Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk menggali lebih dalam tentang penolakan makan selama kehamilan pada ibu hamil KEK serta dampak penolakan makanan tersebut terhadap kebiasaan makan. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi, pengambilan data menggunakan *in-dept interview* atau wawancara mendalam terhadap 6 informan kunci dan 4 informan pendukung. Proses validitas data dilakukan dengan menggunakan triangulasi sumber kepada informan pendukung. Dari penelitian ini didapatkan hasil bahwa sebagian ibu hamil menolak makanan seperti pentol, ayam, daging, bumbu kacang serta bau-bau masakan yang menyengat. Ibu hamil yang mengalami penolakan makan berpendapat bahwa penolakan makan yang mereka alami karena adanya reaksi mual dan muntah, bawaan bayi serta ada yang mengatakan tidak tau mengapa menolak makanan tersebut. Serta dampak penolakan makan tersebut mempengaruhi kebiasaan makan ibu setelah hamil jika dibandingkan dengan kebiasaan sebelum hamil.

Kata Kunci : Ibu hamil, Kurang Energi Kronis (KEK), Penolakan Makan, Kebiasaan Makan



ABSTRACT

Nathania, Davita A.R. 2019. ***Qualitative Study Food Aversion During Pregnancy in Chronic Energy Malnutrition Pregnant Women***. Final Assignment, Nutrition Program, Faculty of Medicine, Brawijaya University. Supervisor : (1) Dr.Nurul Muslihah,SP.,M.Kes (2) Cleonara Yanuar Dini,S.Gz.,M.Sc.,RD

The condition of Chronic Energy Malnutrition (CEM) in pregnant women or insufficient energy for a long time can cause interference to the fetus and the mother herself. Pregnancy conditions cause changes in pregnant women such as nausea and vomiting that allows eating in pregnant women. Food aversion during pregnancy, can change food habits during pregnancy. The aim of this study is to discuss more about the perception of CEM pregnant women about food aversion and the effort on eating habits. This research is a qualitative study with phenomenology design, retrieving data using in-depth interviews or in-depth interviews with 6 key informants and 4 supporting informants. The process of data validity is done by using sources of triangulation to supporting informants. The results of this study show that pregnant women reject foods such as meatball, chicken, meat, peanut sauce and the smells of stinging dishes. Pregnant women who refuse to eat then argue because they react because of nausea and vomiting, babies effect and some say they don't know how why reverse the food. And food aversion while pregnancy, affect different food habits than before pregnancy

Key Word : Pregnant women, Chronic Energy Malnutrition (CEM), Food Aversion, Food Habits



DAFTAR ISI

Judul	i
Lembar Pengesahan	ii
Kata Pengantar	iii
Abstrak	v
Abstract	vi
Daftar Isi	vii
Daftar Tabel	x
Daftar Gambar	xi
Daftar Lampiran	xii
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.4 Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Ibu Hamil dengan KEK	6
2.1.1 Perubahan Selama Kehamilan	6
2.1.1.1 Perubahan Fisiologis	6
2.1.1.2 Perubahan Psikologis	9
2.1.2 Kebutuhan Gizi selama Kehamilan	10



DAFTAR TABEL

4.1 Definisi Konseptual	29
5.1 Karakteristik Informan Kunci	35
5.2 Kesan Umum Informan Kunci	37
5.3 Daftar Kode, Kategori, Tema	40
5.4 Pernyataan Penting Informan	44
5.8 Daftar Makanan yang Ditolak Ibu Hamil	51



DAFTAR GAMBAR

3.1 Kerangka Konsep 21

4.1 Alur Penelitian 40



DAFTAR LAMPIRAN

1. Pernyataan Keaslian Tulisan	69
2. Lembar Persetujuan Menjadi Informan	70
1.1 Lembar Penjelasan Penelitian	70
1.2 Lembar Persetujuan Menjadi Informan Kunci	72
1.3 Lembar Persetujuan Menjadi Informan Pendukung	73
3. Form Identitas dan Demografi	74
4. Guideline Pertanyaan	75
3.2 Pertanyaan <i>In-dept Interview</i> informan utama	75
3.3 Pertanyaan <i>In-dept Interview</i> informan pendukung	81
5. Catatan Lapang	84
6. Keterangan Kelaikan Etik	86
7. Transkrip Informan	87
8. Dokumentasi	138



BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kondisi Kurang Energi Kronis (KEK) adalah adanya kekurangan gizi yang timbul pada ibu hamil yang disebabkan karena asupan energi tidak bisa mencukupi kebutuhan tubuh dan terjadi dalam jangka waktu yang lama. Kurangnya asupan energi disebabkan karena ketidakcukupan zat gizi makro yaitu karbohidrat, protein, dan lemak serta zat gizi mikro yaitu vitamin D, asam folat, zat besi, seng, kalsium, iodine dan lainnya yang dimulai dari usia subur sampai berlanjut saat hamil. Hal tersebut dapat mempengaruhi status gizi ibu saat hamil. Studi membuktikan bahwa ibu dengan status gizi kurang dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan janin, melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah dan berdampak pada malnutrisi di generasi selanjutnya (Fikawati *et al.*, 2015).

Penyebab kondisi KEK adalah asupan yang kurang, penyakit infeksi pada ibu hamil, usia hamil yang kurang dari 20 tahun atau lebih dari 35 tahun yang beresiko tinggi untuk melahirkan, tingkat pendidikan dan pengetahuan yang rendah, paritas yang tinggi, kondisi ekonomi yang rendah, dan jarak kehamilan yang terlalu dekat (Arisman, 2007). Kurangnya asupan pada ibu hamil menjadi faktor yang paling berpengaruh dari faktor-faktor tersebut. Rendahnya asupan makan bisa disebabkan karena adanya keadaan mual muntah yang dipengaruhi oleh perubahan hormonal khususnya hormon hCG dan estrogen, dan faktor lain yang masih menjadi kontroversi adalah pengaruh dari fenomena psikologis dan kondisi fisiologis tubuh (Markl *et al.*, in Eldestein, 2015).

Keadaan mual dan muntah dapat menyebabkan ibu hamil menjadi menolak atau enggan terhadap suatu bahan makanan karena berbagai macam



perubahan dalam tubuhnya. Penelitian menunjukkan wanita hamil yang mengalami mual, dengan atau tidak adanya muntah, 6-7 kali lebih mengalami peningkatan sensitivitas terhadap bau daripada ibu hamil yang tidak mengalami mual dan muntah dan juga adanya penolakan untuk makan beberapa jenis makanan (Weigel *et al*, 2011). Teori lain menyebutkan bahwa penolakan makan juga disebabkan oleh beberapa faktor yaitu adanya perubahan sensorik, pengaruh kebudayaan, dan adanya respon tubuh untuk melindungi ibu dan janin dari bahaya yang mungkin bisa masuk dalam tubuh (Schachtman *et al*, 2016).

Penelitian yang dilakukan pada ibu hamil di Pulau Yasawa, Fiji, diperoleh hasil bahwa 50 ibu hamil atau 71% dari sampel mengalami penolakan makan terhadap minimal 1 jenis bahan makanan selama hamil., 20 orang tidak pernah mengalami penolakan makan, dan 3 dari 50 orang yang mengalami penolakan makan mengatakan bahwa mereka tidak suka semua jenis makanan di awal kehamilan. Makanan yang paling banyak tidak disukai oleh ibu hamil tersebut adalah ikan (McKerracher, Collard, Hendrich, 2014). Penelitian lain yang dilakukan pada ibu hamil di Dale Woreda, Sidama Zone, Ethiopia mengatakan bahwa 67% ibu hamil mengalami penolakan makan, 43,5% mengalami ngidam, dan 30,4% mengalami gangguan *pica*. Penelitian tersebut menyatakan bahwa pada ibu hamil yang mengalami penolakan makan dan ngidam tidak terlalu berhubungan erat dengan status gizi namun mempengaruhi asupan makan sehari-hari (Handiso, 2014). Penelitian yang dilakukan di Tanzania, ibu hamil yang mengalami penolakan makan saja berjumlah 2% dari partisipan. Penelitian tersebut menunjukkan ada beberapa alasan penolakan suatu makanan seperti 10,3% memilih adanya perubahan rasa atau bau pada makanan selama kehamilan, 11,8% percaya bahwa menghindari suatu makanan dapat membantu mengurangi mual dan muntah, serta 3,9% percaya bahwa penolakan makanan disebabkan karena janin tidak menyukai makanan tersebut. Sebagian besar ibu



hamil memilih untuk tidak memiliki alasan apa-apa mengapa mereka menolak suatu makanan yaitu sebesar 58,3% (Nyaruhucha,2009).

Angka ibu hamil dengan KEK di Indonesia pada tahun 2016 adalah sebesar 16,2%, sedangkan untuk wilayah Jawa Timur adalah sebesar 19,1% yang menunjukkan lebih tinggi dari angka nasional (Kemenkes RI,2017). Angka ibu hamil KEK di Kota Malang pada tahun 2017 menurut data dari BPS adalah 1436 orang dan yang tertinggi berada pada Kecamatan Kedungkandang dengan jumlah 332 (BPS,2017). Jumlah ibu hamil yang mengalami KEK di wilayah kerja Puskesmas Arjowinangun, Kota Malang pada tahun 2017 menurut data dari Dinas Kesehatan Kota Malang adalah sebanyak 88 orang dan menurut data yang terdapat di Puskesmas Arjowinangun sendiri adalah berjumlah 122 kasus, sehingga prevalensi ibu hamil KEK di Puskesmas Arjowinangun adalah 9,5% dan tergolong tinggi untuk di wilayah Kota Malang (Dinkes Kota Malang,2017).

Pemilihan Puskesmas Arjowinangun dikarenakan tingginya prevalensi angka ibu hamil KEK di wilayah tersebut. Wilayah kerja Puskesmas Arjowinangun terdiri dari 4 kelurahan yaitu Kelurahan Arjowinangun, Mergosono, Bumiayu, dan Tlogowaru. Tingginya prevalensi ibu hamil KEK di Puskesmas Arjowinangun diduga salah satunya dikarenakan adanya penolakan makan, yang studi lebih lanjutnya belum dilakukan.

Dengan memperhatikan faktor penyebab KEK pada ibu hamil yang salah satunya karena kurangnya asupan makan yang disebabkan karena adanya mual dan muntah, pengaruh kebudayaan, dan perubahan sensorik serta asupan makan yang kurang tersebut juga berkaitan dengan perilaku penolakan makanan serta penelitian tentang perilaku penolakan makan tersebut belum banyak diteliti di Indonesia khususnya, maka peneliti ingin menggali lebih mendalam perilaku penolakan makan pada ibu hamil KEK di wilayah kerja Puskesmas Arjowinangun tersebut.



1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana perilaku penolakan makanan pada ibu hamil KEK serta dampak penolakan makan tersebut terhadap kebiasaan makan ?

1.3 Tujuan

Tujuan Umum

Mengkaji lebih dalam tentang perilaku penolakan makan yang terjadi selama kehamilan dan dampaknya terhadap kebiasaan makan pada ibu hamil KEK.

Tujuan Khusus

1.3.1 Mengkaji lebih dalam perilaku penolakan makan pada ibu hamil KEK di wilayah kerja Puskesmas Arjowinangun yang dapat mempengaruhi kurangnya asupan makan saat hamil.

1.3.2 Mengkaji lebih dalam dampak penolakan makan terhadap kebiasaan makan dan kejadian KEK di wilayah kerja Puskesmas Arjowinangun.

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Akademik

Mengetahui apa saja penyebab yang relevan dengan perilaku penolakan makan pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Arjowinangun yang mempengaruhi rendahnya asupan makan saat hamil.

1.4.2 Manfaat Praktis

Dapat mengedukasi masyarakat khususnya ibu hamil untuk lebih memperbaiki kebiasaan makan yang salah agar asupan makan yang diasup



BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

1.1 Ibu Hamil dengan KEK

1.1.1 Perubahan selama Kehamilan

1.1.1.1 Perubahan Fisiologis

Perubahan-perubahan akan terjadi pada tubuh ibu hamil.

Beberapa perubahan yang terjadi bisa dari bentuk tubuh dan juga fisiologis dari ibu hamil itu sendiri. Perubahan tersebut

normal terjadi untuk menunjang tumbuh kembang janin. Berikut ini adalah beberapa perubahan fisiologis yang mungkin terjadi selama masa kehamilan.

1. Sistem Hormonal

Ketika hamil tubuh akan menghasilkan hormon *human chorionic gonadotropin* (hCG) yang akan menstimulus korpus luteum untuk menghasilkan hormon estrogen dan progesteron yang distimulus oleh korpus luteum. Hormon ini dihasilkan oleh plasenta saat kehamilan memasuki usia dua bulan. Fungsi dari peningkatan kedua hormon ini adalah untuk merangsang pertumbuhan dan perubahan fungsional rahim dan payudara.

Hormon estrogen akan meningkatkan retensi cairan, adaptasi metabolisme basal, mempengaruhi produksi hormone tiroid, meningkatkan penyimpanan lemak dan sintesis protein, meningkatkan darah ke plasenta, pertumbuhan jaringan lemak, serta meningkatkan fleksibilitas ligamen. Hormon progesterone



akan mempengaruhi stimulasi pertumbuhan endometrium dan sebagai penyaluran zat gizi untuk relaksasi pembuluh darah dan saluran pencernaan, dan stimulasi pertumbuhan payudara dan penyimpanan lemak. Hormon hCS (*human chorionic somatotropin*) yang akan meningkatkan resistensi insulin ibu yang berguna untuk pertumbuhan janin dengan mengatur ketersediaan glukosa, sintesa protein, dan pemecahan jaringan lemak untuk memenuhi kebutuhan energi ibu.

2. Sistem Kardiovaskular

Curah jantung meningkat sekitar 30-50 % di awal kehamilan karena adanya peningkatan denyut jantung. Pada pertengahan kehamilan, adanya vasodilatasi pembuluh darah perifer akan menurunkan tekanan darah. Edema dapat terjadi karena adanya peningkatan tekanan darah pada pembuluh darah perifer di tungkai bawah.

Selama kehamilan juga terjadi peningkatan volume darah sebanyak 50% dan massa sel darah merah bertambah 20-30%. Sel darah merah akan meningkat 18% jika tidak mendapat suplementasi zat besi dan akan meningkat 30% jika mendapat suplementasi zat besi. Minggu ke-10 sampai dengan minggu ke-12 masa kehamilan, adalah waktu adanya peningkatan volume darah dan untuk peningkatan yang paling besar adalah pada minggu ke-20 sampai dengan minggu ke- 26 dengan peningkatan sebesar 30-50% di atas volume sebelumnya. Volume darah yang meningkat terdiri dari adanya peningkatan



plasma darah dan sel darah merah. Sel draah merah akan bertambah 25% dari jumlah awal dan plasma darah meningkat sekitar 75%. Plasma darah yang peningkatannya sangat tinggi dibandingkan dengan peningkatan sel darah merah akan menurunkan kadar *hemoglobin* pada trimester ke-2 selama kehamilan.

3. Sistem respirasi

Perubahan sistem respirasi saat hamil berfungsi untuk memenuhi kebutuhan oksigen ibu dan janin. Desakan diafragma juga terjadi karena adanya dorongan rahim yang membesar pada umur kehamilan 32 minggu. Kedua keadaan tersebut akan menimbulkan kompensasi, ibu hamil akan bernafas lebih dalam sekitar 20-25 % dibandingkan saat tidak hamil.

3. Sistem Pencernaan

Perubahan hormonal akan menimbulkan efek radiasi pada otot-otot halus di seluruh tubuh yang akan mengakibatkan mekanisme kerja otot perut dan usus kecil menjadi lebih lambat sehingga banyak wanita hamil yang mengalami panas lambung. Gerakan kontraksi usus juga kan berkurang dan menyebabkan konstipasi atau sulit buang air besar.

4. Jaringan Lemak

Bertambahnya massa jaringan lemak pada payudara dan jaringan dibawah kulit akan bertambah selama masa



kehamilan. Jaringan lemak ini akan melalui proses perombakan kembali setelah kelahiran yaitu pada saat menyusui seperti yang digunakan untuk pembentukan ASI.

5. Saluran Kemih

Akibat adanya peningkatan curah jantung, terjadi peningkatan aliran darah ke ginjal sebesar 70% di periode awal kehamilan dan nantinya akan terus berkurang sampai diakhir kehamilan. Waktu hamil juga terjadi peningkatan laju filtrat glomerulus dan penurunan kadar urea dan kreatinin. Reabsorpsi natrium juga meningkat yang terjadi akibat peningkatan hormon aldosteron, estrogen, dan deoxycorticosteron yang akan berkaitan dengan peningkatan total volume plasma darah. Pembesaran rahim hingga 10 kali lipat dari ukuran normal karena pertumbuhan janin akan mempengaruhi kandung kemih yang akan terasa cepat penuh sehingga menyebabkan bertambahnya frekuensi buang air kecil (Fikawati *et al*,2015).

1.1.1.2 Perubahan Psikologis

Perubahan-perubahan hormonal yang terjadi saat kehamilan akan menyebabkan perubahan psikologis pada ibu hamil. Perubahan tersebut dibedakan menurut trimester kehamilannya, yaitu:

1. Trimester Pertama

Adanya peningkatan hormon estrogen dan progesteron dalam tubuh, maka akan muncul berbagai keadaan yang



menyebabkan ibu tidak nyaman seperti mual dan muntah, keletihan, dan pembesaran payudara. Hal tersebut dapat memicu perubahan psikologis seperti adanya perasaan ibu untuk membenci kehamilannya, merasa kecewa, adanya penolakan, serta kecemasan dan kesedihan yang berlebihan.

2. Trimester Kedua

Pada trimester ini, ibu sebenarnya sudah terbiasa dengan peningkatan kadar hormonnya dan berkurangnya rasa tidak nyaman akibat kehamilannya. Perut ibu yang mulai membesar juga belum menjadi beban bagi ibu hamil. Ibu juga sudah menerima kehamilannya dan dapat mulai menggunakan energi dan pikirannya secara lebih konstruktif. Ibu juga sudah dapat merasakan gerakan pada janinnya sehingga sudah mulai merasakan kehadiran bayinya. Sebagian ibu sudah tidak merasakan adanya kecemasan dan rasa tidak nyaman seperti yang dirasakan pada trimester pertama.

3. Trimester Ketiga

Pada trimester ketiga kehamilan, gerakan bayi dan membesarnya perut ibu merupakan pengingat ibu akan bayinya. Ibu kadang merasa khawatir bahwa bayinya akan lahir sewaktu-waktu. Hal tersebut yang menyebabkan ibu meningkatkan kewaspadaannya akan timbulnya

1.1.2 Kebutuhan Gizi selama Kehamilan

1. Kebutuhan Energi

Peningkatan kebutuhan energi selama proses kehamilan sejalan peningkatan laju metabolik basal dan penambahan berat badan yang



akan meningkatkan penggunaan energi selama aktivitas. Selama hamil, ibu membutuhkan tambahan energi untuk pertumbuhan dan perkembangan janin, plasenta, jaringan lemak serta cadangan lemak. Peningkatan kebutuhan kalori sekitar 15% dari kalori normal atau sekitar 100 kkal/hari, sedangkan energi yang dibutuhkan oleh janin untuk pertumbuhan dan perkembangan adalah sekitar 50-59 kkal/kg/hari atau sekitar 175-350 kkal/hari pada janin dengan berat badan 3,5 kg. Kebutuhan pada trimester pertama masih sedikit dan akan terus bertambah dengan pertambahan usia kandungan.

Peningkatan energi pada trimester kedua digunakan untuk penambahan darah, perkembangan uterus, pertumbuhan jaringan payudara, dan cadangan lemak. Trimester ketiga kehamilan, energi digunakan untuk pertumbuhan janin dan plasenta. Kebutuhan energi bagi wanita berumur 25-50 tahun menurut *National Research Council* (NRC) adalah 2000 kkal/hari dengan tambahan 300 kkal bagi ibu yang sedang hamil.

Kegunaan sumber energi tersebut untuk pertumbuhan dan perkembangan janin serta proses perubahan seperti pembentukan sel baru, pemberian makan ke janin melalui plasenta, persiapan menyusui, pembentukan enzim dan hormon penunjang pertumbuhan janin, menjaga kesehatan ibu hamil dan untuk persiapan persalinan. Energi yang tidak tercukupi akan menyebabkan tidak tercapainya berat badan ideal selama hamil dan kekurangan energi akan menyebabkan tubuh memetabolisme persediaan protein.

2. Kebutuhan Karbohidrat



Kebutuhan karbohidrat yang disarankan adalah 60% dari total energi yang dibutuhkan oleh tubuh. Karbohidrat sangat penting untuk ibu hamil karena janin memerlukan sekitar 40 gram glukosa perhari yang digunakan sebagai sumber energy. Glukosa digunakan untuk sintesa lemak, glikogen, dan pembentukan struktur polisakarida. Glukosa mengalami beberapa proses sebelum sampai di fetus, yaitu glukosa darah meternal meningkat yang akhirnya glukosa mengalir menuju fetus. Setelah ada di fetus, fetus akan menstimulasi pengeluaran insulin dan akibatnya ibu akan mengalami hiperglikemia dan bayi akan mengalami peningkatan kadar insulin.

Karbohidrat merupakan sumber utama energi yang dibutuhkan selama kehamilan. Jenis karbohidrat yang dianjurkan untuk ibu adalah karbohidrat kompleks seperti roti, sereal, nasi, dan pasta. Karbohidrat juga mengandung serat yang akan mencegah terjadinya konstipasi dan hemoroid.

3. Kebutuhan Protein

Protein penting untuk pertumbuhan dan perkembangan janin dimana selama kehamilan akan ada peningkatan protein yang signifikan sebesar 68%. Peran protein selain untuk pertumbuhan dan perkembangan janin juga sebagai pembentukan plasenta dan cairan amnion untuk pertumbuhan jaringan maternal, seperti pertumbuhan jaringan payudara ibu, jaringan uterus, dan juga untuk penambahan volume darah. Kebutuhan protein bergantung pada usia kehamilan.

Jumlah total yang dibutuhkan selama masa kehamilan adalah 350-450 gram.



Trimester pertama kehamilan, protein yang diperlukan adalah kurang dari 6 gram perhari sampai mencapai trimester kedua kehamilan. Pada usia kehamilan 20 minggu, fetus mulai menerima asam amino esensial dari ibu, namun asam amino nonesensial seperti arginin dan kristin tidak dapat disintesis oleh fetus. Pada trimester ketiga, protein diperlukan sekitar 10 gram setiap hari atau 2 g/kg BB/hari. Kebutuhan protein ibu hamil menurut WHO adalah 0,75g/kg BB/hari.

Sumber protein bisa didapatkan dari protein hewani dan nabati. Protein hewani meliputi daging, ikan, unggas, dan telur. Protein nabati bisa meliputi tahu, tempe, onom, kacang-kacangan dan lain-lain. Kekurangan asupan protein akan menyebabkan gangguan pertumbuhan janin (*intrauterine growth restriction*), cacat bawaan, berat badan lahir rendah, dan keguguran.

4. Kebutuhan Lemak

Lemak dibutuhkan tubuh untuk membentuk energy dan perkembangan sistem saraf janin. Lemak merupakan zat yang penting dikonsumsi ibu hamil. Namun, jika asupannya berlebih dikhawatirkan berat badan ibu hamil akan meningkat tajam, keadaan tersebut akan menyulitkan keadaan ibu hamil sendiri dalam menjalani kehamilan dan pascapersalinan. Oleh karena itu, ibu hamil dianjurkan makan makanan yang mengandung lemak tidak lebih dari 25% dari seluruh kalori yang dikonsumsi setiap hari. Bila hal ini sudah dilakukan, maka sebenarnya sudah dapat memenuhi kebutuhan lemak pada tubuhnya. Pilihan jenis lemaknya yaitu lemak yang mengandung asam



lemak esensial(ALE), lemak ini tidak dapat dibuat oleh tubuh dan harus diperoleh dari makanan. Asam lemak esensial adalah asam lemak linoleat, yaitu suatu asam lemak tidak jenuh, omega 3. DHA adalah turunan lemak omega 3 yang mempunyai peranan penting untuk tumbuh kembang jaringan saraf dan retina. Bahan makanan sumber lemak omega 3 seperti kacang-kacangan dan olahannya, serta jenis ikan laut, terutama ikan laut dalam. Omega 6 dan turunannya yaitu asam arakhidonat juga penting untuk otak janin dan jaringan lainnya. Contoh bahan makanan sumber omega 6 adalah kacang-kacangan dan biji-bijian (Maryam,2016).

5. Kebutuhan Vitamin

Vitamin yang dibutuhkan oleh ibu hamil jumlahnya meningkat karena juga ada peningkatan metabolisme tubuh, yang terutama berperan dalam metabolisme karbohidrat, protein, dan lemak. Vitamin yang dibutuhkan dibagi menjadi dua yaitu vitamin larut lemak dan larut air.

a. Vitamin Larut Lemak

1) Vitamin A

Vitamin A mengalami peningkatan 25% selama kehamilan. Jumlah yang diperlukan oleh janin adalah kurang dari 25 mg/hari dan kebutuhan pada trimester ketiga adalah sekitar 200 mg/hari. Vitamin A berfungsi dalam proses pertumbuhan sel dan jaringan tulang, mata, rambut, kulit, dan organ dalam serta menguatkan fungsi rahim.

2) Vitamin D



Kebutuhan vitamin D selama kehamilan berkisar 10 mg/hari. Adanya kondisi peningkatan plasma darah membuat adanya peningkatan vitamin D sampai 100 % dan peningkatan ini disertai $1,25\text{-(OH)}_2$ vitamin D yang akan menstimulasi absorpsi di usus halus. Janin, menyimpan sebanyak 25-OH vitamin D ibu yang disimpan dalam otot dan hati fetus.

3) Vitamin E

Pada waktu hamil, terjadi peningkatan kebutuhan vitamin E yaitu sekitar 15 mg (22,5 IU). Vitamin E akan mulai diakumulasikan oleh fetus diakhir minggu ke-8 hingga ke-10 usia kehamilan.

b. Vitamin Larut Air

1) Vitamin C

Kebutuhan janin akan vitamin C berkisar antara 3 sampai 4 mg/hari, sedangkan ibu membutuhkan vitamin C sebanyak 70 mg/hari. Namun, untuk mencegah kekurangan vitamin C saat hamil, diperlukan tambahan vitamin C sebanyak 10 mg/hari. Ini digunakan untuk memperkuat pembuluh darah dan mencegah perdarahan, mengurangi rasa sakit, mengurangi infeksi setelah melahirkan, dan membantu pertumbuhan gigi dan tulang bayi. Vitamin C juga berperan dalam pencegahan anemia, pembentukan kolagen interseuler, dan penyembuhan luka, dan ikut berperan dalam penguatan plasenta.

2) Tiamin

Kadar tiamin dalam tubuh diukur menggunakan status pengukuran tiamin. Cara pengukuran tersebut dengan memasukkan ekskresi tiamin urin dan aktivitas dari enzim tiamin dependen seperti transkolasi sel darah merah yang dapat digunakan sebagai indikasi adanya peningkatan tiamin selama kehamilan. Setelah pengukuran tersebut,



akan didapatkan hasil jika ada kadar tiamin yang meningkat dalam tubuh, maka perlu adanya tiamin tambahan sebanyak 0,4 mg/hari.

3) Niasin dan riboflavin

Niasin yang dibutuhkan yaitu 2 mg/hari dan riboflavin yang dibutuhkan adalah 0,3 mg/hari.

4) Vitamin B6

Vitamin B6 penting untuk proses metabolisme protein. Kehamilan memerlukan peningkatan asupan protein yang tinggi, sehingga diperlukan tambahan vitamin B6 untuk memetabolismenya. Vitamin B6 juga dibutuhkan untuk mengatasi mual dan muntah.

5) Asam folat

Peranan asam folat saat kehamilan sangat penting fungsinya untuk mencegah terjadinya spina bifida dan anensefali yang merupakan defek tubaneural yang sangat berbahaya bagi perkembangan janin.

Kebutuhan asam folat saat kehamilan diperkirakan sekitar 400 mg/hari.

Asam folat penting untuk perkembangan tulang, jaringan, dan darah dan mencegah adanya kelainan pada bayi.

6. Kebutuhan mineral

a. Kalsium

Laju penyaluran kalsium mencapai 50 mg/hari pada usia kehamilan 20 minggu, dan mencapai puncaknya saat akan mendekati kelahiran yaitu sebanyak 330 mg/hari. Janin memiliki konsentrasi kalsium serum yang lebih besar daripada ibu yang digunakan sebagai pemebtukan tulang.

Kebutuhan kalsium selama kehamilan adalah 1.200 mg.

b. Magnesium

Magnesium dibutuhkan sekitar 320 mg selama kehamilan dan 50% magnesium tersebut diserap oleh ibu. Janin membutuhkan 1 mg



magnesium. Magnesium diperlukan untuk mendukung pertumbuhan jaringan lunak.

c. Fosfor

Kebutuhan fosfor selama kehamilan adalah 1.250 mg/hari atau sama dengan kebutuhan wanita yang tidak hamil.

d. Seng

Kebutuhan seng diperkirakan sebesar 15 mg/hari. Seng dibutuhkan untuk perkembangan jaringan tisu, terutama otak dan jenis kelamin.

e. Natrium

Peningkatan volume darah pada ibu hamil menyebabkan kebutuhan natrium akan meningkat sekitar 5.000 mEq/hari.

7. Elemen lain

Elemen lain yang masih berpengaruh terhadap ibu hamil adalah yodium dan zat besi. Kebutuhan yodium selama hamil adalah 175 mg/hari. Suplemen zat besi dianjurkan dikonsumsi sebanyak 30 mg selama trimester kedua dan ketiga. Zat besi dibutuhkan untuk membentuk sel darah merah dan penting untuk pertumbuhan dan metabolisme energi dan untuk mengurangi resiko terjadinya anemia. Kebutuhan zat besi saat hamil berkisar 30 sampai 60 mg/hari (Maryam,2016).

1.1.3 Kurang Energi Kronis (KEK)

1.1.3.1 Pengertian KEK

Kurang Energi Kronis (KEK) yang timbul pada ibu hamil disebabkan karena asupan energi tidak bisa mencukupi kebutuhan tubuh dan terjadi dalam jangka waktu yang lama. Ibu hamil yang beresiko mengalami KEK adalah ibu



hamil dengan Lingkar Lengan Atas (LiLA) kurang dari 23,5.

Cara untuk memastikan adanya KEK pada ibu hamil adalah dengan melihat Indeks Massa Tubuh (IMT) pada trimester I, jika pada trimester I IMT kurang dari 18,5 maka ibu hamil didiagnosa KEK, dan apabila IMT pada trimester I tidak diketahui karena berbagai hal, maka bisa menggunakan pengukuran IMT pada saat sebelum hamil (Pritasari *et al*,2017).

1.1.3.2 Penyebab KEK

Penyebab kondisi KEK adalah asupan yang kurang, penyakit infeksi pada ibu hamil, usia hamil yang kurang dari 20 tahun atau lebih dari 35 tahun yang beresiko tinggi untuk melahirkan, tingkat pendidikan dan pengetahuan yang rendah, paritas yang tinggi, kondisi ekonomi yang rendah, dan jarak kehamilan yang terlalu dekat (Arisman,2007).

1.1.3.3 Dampak KEK

Ibu yang mengalami malnutrisi saat kehamilan dapat berisiko menyebabkan kematian perinatal atau kematian dalam tujuh hari kelahiran, bayi lahir dalam kondisi kurang berat badan (kurang dari 2,5 kg). Risiko lain yang dapat terjadi adalah gangguan pada saraf dan otak, pencernaan, pernapasan dan sirkulasi, serta cacat lahir, dan kurang berkembangnya beberapa organ tubuh (Irianto,2014).

2.2 Kebiasaan Makan

2.2.1 Pengertian Kebiasaan Makan

Kebiasaan makan adalah cara yang dilakukan oleh individu atau kelompok untuk memilih, mengonsumsi, dan menggunakan



makanan yang tersedia yang pemilihannya dipengaruhi faktor sosial dan budaya di lingkungan sekitar (Arisman,2004). Kebiasaan makan juga meliputi sikap, kepercayaan, dan pemilihan makanan. Sikap seseorang pada makanan dapat negatif ataupun positif yang bergantung pada lingkungan sekitarnya. Kepercayaan makanan juga berhubungan dengan kualitas makanan itu sendiri seperti baik dan buruknya, atau menarik dan tidak menarik. Sikap dan kepercayaan seseorang terhadap suatu makanan akan berpengaruh terhadap pemilihan suatu makanan (Kadir,2016).

2.2.2 Hubungan Kebiasaan Makan dengan KEK

Menurut studi yang dilakukan di RSIA Lestari Cirendeu, Tangerang Selatan, didapatkan hasil bahwa banyak ibu hamil yang tidak menerapkan kebiasaan makan bersama keluarga, pola makan ibu juga kurang beragam dalam hal kandungan gizinya, serta porsi makannya kurang dari kebutuhan. Terdapat juga pantangan terhadap beberapa makanan sumber energi dan protein tinggi seperti telur yang juga mempengaruhi kebiasaan makannya. Faktor-faktor tersebut dapat menjadi penyebab terjadinya KEK pada ibu hamil (Hasanah and Minsarnawati, 2013)

2.3 Penolakan Makan

2.3.1 Pengertian Penolakan Makan

Penolakan makan atau keengganan makan adalah perubahan perilaku makan yang belum diketahui penyebab pastinya. Alasan psikologis sering dikaitkan dengan fenomena tersebut, hal tersebut dapat bermanifestasi sebagai intoleransi makanan psikologis



yaitu ada reaksi fisik yang merugikan dan terkait dengan konsumsi makanan tertentu (Gray and Chan,2003).

2.3.2 Penolakan Makan pada Ibu Hamil

Penolakan makanan ada kemungkinan terjadi karena adanya perubahan hormon selama kehamilan. Peningkatan hormone hCG mungkin menimbulkan beberapa gejala seperti mual, ngidam atau menginginkn suatu makanan, dan penolakan suatu bahan makanan dan akan juga mempengaruhi nafsu makan pada ibu hamil.

Biasanya penolakan makan ini ada pada trimester satu, namun tidak memungkinkan adanya penolakan selama kehamilan bahkan sampai setelah melahirkan.

Menurut study lain ada 3 faktor yang dapat menyebabkan adanya penolakan makanan yaitu perubahan sensorik, efek kebudayaan, dan teori perlindungan kehamilan atau embrionik.

Perubahan sensori selama kehamilan dipercaya karena adanya perubahan hormon dan adanya perubahan lain dalam lingkungan internal juga mengakibatkan perubahan sensorik yang akan mempengaruhi palatabilitas rasa tertentu. Penolakan makan karena pengaruh kebudayaan juga mungkin dapat terjadi karena adanya pandangan yang mengatakan bahwa zat-zat dalam makanan yang dihindari memiliki makna simbolis tertentu, budaya bagi individu, dan zat-zat tersebut sering menyebabkan mual pada wanita hamil. Teori ketiga yang paling mungkin diterima adalah penolakan makan dapat berkembang sebagai respon adaptif dari kerentanan penyakit untuk melindungi ibu atau janin (Schachtman *et al*,2016).

Bahan makanan yang banyak dihindari saat kehamilan adalah daging, telur, susu, bawang bombay, bawang putih, teh dan



kopi, dan makanan pedas, atau juga bisa bahan makanan yang lainnya. Dari bahan-bahan makanan tersebut yang dihindari, ada kemungkinan ibu mengalami suatu kekurangan zat gizi tertentu, sehingga perlu diganti dengan makanan lain yang zat gizinya setara (Baker, 2016).

2.3.3 Hubungan Asupan Makan dengan KEK

Kurangnya asupan pada ibu hamil menjadi faktor yang paling berpengaruh dari terjadinya KEK. Rendahnya asupan makan bisa disebabkan karena adanya keadaan mual muntah yang dipengaruhi oleh perubahan hormonal khususnya hormon hCG dan esterogen, dan faktor lain yang masih menjadi kontroversi adalah pengaruh dari fenomena psikologikal dan kondisi fisiologis tubuh (Markl *et al*, in Eldestein, 2015).

Studi yang dilakukan pada wanita usia subur di Yogyakarta menunjukkan bahwa asupan energi bukan merupakan faktor risiko dari kejadian KEK. Responden yang mengalami KEK memiliki asupan yang baik. Asupan energi rendah pada kelompok KEK sebesar 48% dan non KEK sebanyak 57,7%. Sedangkan asupan energi baik pada kelompok KEK adalah 52% dan kelompok non KEK adalah 57,7%. Sehingga didapatkan hasil bahwa tidak ada perbedaan yang bermakna pada kedua kelompok (Hastuti, 2012).

Studi lain didapatkan hasil yang berbeda yaitu adanya hubungan antara asupan energi dengan kejadian KEK pada ibu hamil dan tidak ada hubungan yang bermakna antara asupan protein dan lemak dengan kejadian KEK (Ausa *et al*, 2013).



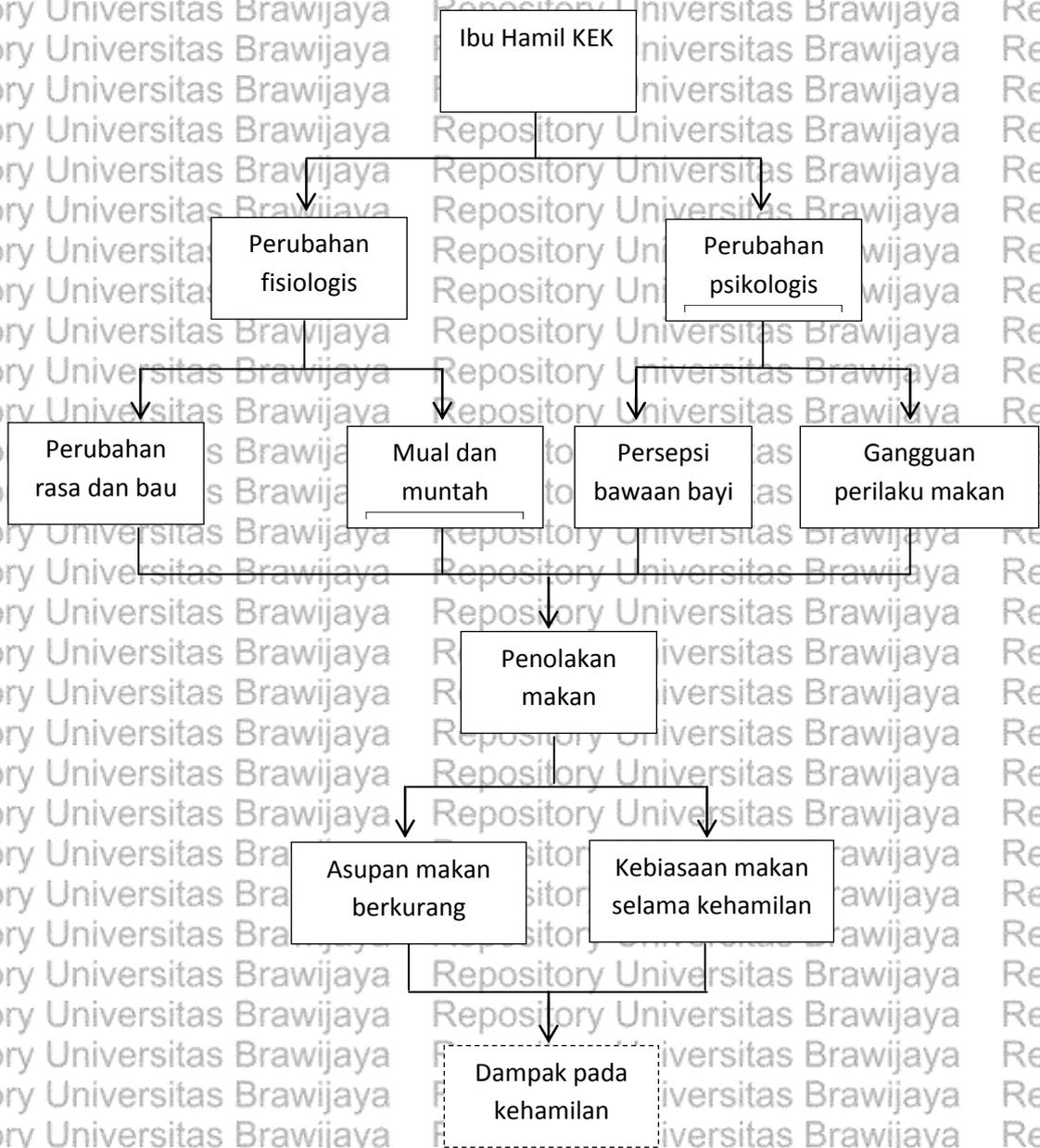
2.4 Teori Perilaku *Social Cognitive*

Berdasarkan Albert Bandura, seseorang dalam berperilaku baik positif ataupun negatif merupakan akibat dari proses berpikir. Fungsi utama dari pemikiran adalah memungkinkan orang untuk memprediksi kejadian dan mengembangkan cara untuk mengontrol kejadian atau peristiwa yang akan mempengaruhi mereka. Seseorang yang berperilaku positif merupakan hasil dari proses berpikir yang positif, begitupun sebaliknya. Asumsi dari teori kognitif social ini adalah belajar merupakan interaksi yang terjadi antara lingkungan, faktor pribadi, dan perilaku yang diduga melibatkan proses kognitif (Bandura, 1997).



BAB III
KERANGKA KONSEP

3.1 Kerangka Konsep



Gambar 3.1 Kerangka Konsep

Keterangan:

 : diteliti

 : tidak diteliti

3.2 Penjelasan Kerangka Konsep

Penelitian yang dilakukan adalah penelitian untuk mengkaji lebih dalam mengenai persepsi ibu hamil KEK tentang penolakan makan yang biasanya terjadi selama kehamilan. Kondisi KEK pada ibu hamil terjadi dalam waktu yang lama dan terjadi sebelum adanya kehamilan. Ibu hamil KEK disebabkan banyak faktor diantaranya kurangnya asupan energi yang berlangsung lama dan terus menerus serta adanya infeksi kronis.

Kondisi kehamilan mengakibatkan adanya beberapa perubahan yang terjadi pada tubuh, yaitu perubahan fisiologis dan psikologis. Perubahan fisiologis mengakibatkan beberapa gangguan seperti ada perubahan rasa dan bau yang mengakibatkan ibu hamil menjadi lebih sensitif terhadap bau dan rasa makanan.

Mual dan muntah juga dialami oleh ibu hamil yang biasanya terjadi pada trimester awal kehamilan, namun tidak memungkir terjadi juga sampai trimester tiga. Perubahan lain yang terjadi adalah perubahan psikologis yang menyebabkan ibu hamil mengalami gangguan perilaku makan dan juga menyebabkan ibu hamil berpikir bahwa perubahan yang dialami karena faktor bawaan bayi.

Perubahan yang terjadi pada tubuh ibu hamil menyebabkan adanya penolakan makanan pada suatu bahan makanan tertentu. Penolakan makanan tersebut memungkinkan adanya penurunan asupan makan dan menyebabkan perubahan kebiasaan makan selama kehamilan. Penurunan asupan makan serta perubahan kebiasaan makan selama kehamilan tersebut dapat berdampak pada kondisi kehamilan ibu dan janin itu sendiri.





BAB IV

METODE PENELITIAN

4.1 Desain Penelitian

Penelitian ini dirancang menggunakan metode kualitatif dengan menggunakan metode pendekatan fenomenologi. Penelitian kualitatif merupakan penelitian yang digunakan untuk meneliti suatu masalah dimana tidak diketahui variabelnya secara lengkap dan jelas namun membutuhkan eksplorasi yang lebih banyak lagi. Metode pendekatan fenomenologi yaitu deskripsi dari pemaknaan umum dari beberapa individu tentang pengalaman hidup mereka yang terkait dengan suatu konsep atau fenomena.

Fenomena yang terdapat dalam penelitian ini adalah penolakan makan pada ibu hamil KEK yang akan mempengaruhi kebiasaan makan ibu hamil. Sehingga, data yang ingin didapat adalah persepsi ibu hamil yang mengalami KEK mengenai penolakan makan selama kehamilan yang mempengaruhi kebiasaan makan sehari-hari.

4.2 Informan penelitian

Populasi dari penelitian ini adalah seluruh ibu hamil di Kecamatan Kedungkandang, khususnya di wilayah kerja Puskesmas Arjowinangun. Subjek penelitian sendiri merupakan ibu hamil dengan KEK di wilayah tersebut.

4.2.1 Prosedur Pemilihan Informan

Pemilihan informan didasarkan pada jenis *Purposive Sampling*. Peneliti sengaja memilih individu dan tempat untuk mempelajari lebih dalam fenomena utama yang akan diamati. Informan dipilih sesuai kriteria inklusi yang telah ditetapkan



4.2.2 Jumlah Informan

Jumlah informan yang terdapat pada penelitian ini adalah 6 informan kunci yang terdiri dari ibu hamil KEK yang sesuai dengan kriteria inklusi dan 4 informan pendukung yang terdiri dari 3 suami informan kunci dan 1 kader posyandu. Saat melakukan pengambilan data, jumlah informan tersebut sudah disesuaikan dengan kebutuhan data atau saturasi data. Dengan informan tersebut sudah tidak adanya data baru yang ditemukan yang dapat memperluas atau mengembangkan kategori, sehingga dapat dikatakan data yang didapat sudah jenuh.

4.2.3 Kriteria Penelitian (Inklusi)

4.2.3.1 Informan kunci

Informan kunci adalah informan yang diambil sebagai data utama pada penelitian kualitatif. Informan kunci adalah yang memiliki kriteria dibawah ini:

Kriteria inklusi:

1. Ibu hamil dengan usia kehamilan berada pada seluruh trimester.
2. Ibu hamil KEK dengan LILA kurang dari 23,5.
3. Usia 18-40 tahun.

Kriteria eksklusi :

1. Ibu hamil yang tidak dapat berkomunikasi dengan baik.
2. Ibu hamil yang mengalami penyakit infeksi berat dan penyakit berat.



4.2.3.2 Informan pendukung

Informan pendukung adalah semua orang yang berhubungan erat dan mengetahui semua kondisi dan aktivitas dari informan kunci. Yang menjadi informan pendukung pada penelitian ini adalah suami, dan kader posyandu di wilayah tersebut yang mengetahui kondisi informan kunci.

Kriteria Inklusi:

1. Dapat berkomunikasi dengan baik.
2. Mengerti dan mengenal kondisi informan kunci dengan baik.
3. Khusus untuk keluarga telah tinggal di satu rumah dengan informan kunci minimal selama 3 bulan.

Kriteria Eksklusi:

1. Dalam keadaan sakit saat dilakukan pengambilan datanya.

4.3 Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian mulai dilakukan pada bulan Maret 2018 dan pengambilan data dilakukan pada bulan Januari 2019. Pengambilan data dilaksanakan di Kecamatan Kedungkandang, yaitu di wilayah kerja puskesmas Arjowinangun yang terdiri dari 3 kelurahan yaitu kelurahan Arjowinangun, Bumiayu, dan Mergosono.

4.4 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat yang akan digunakan untuk pengumpulan data atau informasi yang digunakan untuk penelitian. Dalam penelitian ini instrumen yang diperlukan adalah:



1. Panduan untuk pengambilan data

Berisi panduan untuk pengambilan data. Dalam penelitian ini menggunakan metode pengambilan data menggunakan *in-dept interview*.

In-dept interview digunakan untuk menggali data dari informan sesuai dengan alasan pemilihan makanan pada informan. Panduan pertanyaan dapat dilihat pada lampiran ke-3.

2. Alat perekam suara

Alat perekam suara digunakan untuk merekam informasi dari informan agar peneliti bisa mendapatkan data yang utuh dan lengkap. Alat perekam suara digunakan setelah mendapat izin dari informan.

3. Catatan lapangan dan alat tulis

Catatan lapangan dibutuhkan untuk mencatat hal-hal yang penting selama pengambilan data. Dan alat tulis yang digunakan seperti bolpoin dan pensil untuk menulis pada lembar catatan lapangan. Catatan lapang dapat dilihat pada lampiran ke-4.

4. Form *informed consent* dan lembar penjelasan penelitian

Informed consent merupakan perjanjian kesepakatan antara peneliti dengan informan penelitian yang berupa kesepakatan tertulis yang berisi tentang hak dan kewajiban selama penelitian berlangsung.

Form *informed consent* dan lembar penjelasan penelitian dapat ditemukan pada lampiran ke-1.

5. Form demografi untuk informan

Form demografi berisi identitas informan, kunci dan pendukung. Form ini dapat ditemukan pada lampiran ke-2.

4.5 Definisi Konseptual

Tabel 4.1 Definisi Konseptual

Gejala	Penjelasan	Cara Meneliti	Referensi
Kurang energi kronis	Kondisi dimana makanan yang diasup tidak bisa mencukupi kebutuhan dan terjadi dalam jangka waktu yang lama yang dapat dilihat dari ukuran lingkaran lengan yang kecil atau kurang dari 23,5 cm	Pengukuran LiLA	Pritasari <i>et al</i> , 2017
Penolakan makan	Perilaku ibu hamil yang menghindari satu atau beberapa macam makanan yang biasanya disebabkan karena adanya perubahan fisiologis dan psikologis	Wawancara	Schactman <i>et al</i> , 2016

4.6 Prosedur Pengumpulan Data

Pengambilan data menggunakan metode *In-dept interview* atau wawancara yang dilakukan secara mendalam atau *men-detail*. *In-dept interview* dilakukan secara langsung dan sebelum wawancara berlangsung, pewawancara





meminta izin untuk merekam wawancara tersebut agar data yang didapatkan utuh, lengkap, dan jelas. *Probing* diterapkan pada saat *in-dept interview* untuk menggali lebih dalam data yang didapat dari informan. Pewawancara juga membuat catatan jawaban secara singkat dari apa yang dikatakan informan selain itu juga mencatat bagaimana ekspresi dari informan tersebut saat dilakukan wawancara. *In-dept interview* dilakukan pada informan utama dan informan pendukung.

4.7 Validasi Data

Untuk memeriksa data yang didapatkan sudah sesuai dengan teknik keabsahan data penelitian kualitatif ada beberapa kriteria tertentu yaitu:

4.7.1 Derajat Kepercayaan (*Credibility*)

4.7.1.1 Ketekunan Pengamatan

Ketekunan pengamatan untuk mendapat data yang relevan dengan yang diteliti adalah dengan mendalami atau memusatkan pengambilan data pada hal-hal yang berhubungan dengan penolakan makan dan kebiasaan makan.

4.7.1.2 Triangulasi

Untuk menjamin data tetap valid, pada penelitian kualitatif menggunakan cara triangulasi. Triangulasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah triangulasi sumber. Triangulasi sumber yaitu dengan menanyakan kepada orang terdekat atau informan pendukung dari informan kunci yaitu suami dari informan dan kader posyandu diwilayah tempat tinggal informan. Data dari informan pendukung diambil dengan metode *in-dept interview*.



4.7.1.3 Keteralihan (*transferability*)

Keteralihan pada penelitian ini dilakukan dengan mencari dan mengumpulkan data secara uraian rinci yang tergantung pada penegetahuan peneliti tentang pengertian dan penerimaan penolakan makan.

4.7.1.4 Kebergantungan (*dependability*)

Proses ini dilakukan dengan tahap diskusi antara dosen pembimbing dan peneliti mengenai konsep yang ditemukan di lapangan.

4.7.1.5 Kepastian (*confirmability*)

Menguji kepastian berarti menguji hasil penelitian yang telah dilakukan.



4.8 Prosedur Penelitian

4.8.1 Alur Penelitian



Gambar 4.1 Alur penelitian



4.8.2 Penjelasan Alur Penelitian

1. Penelitian pendahuluan

Penelitian pendahuluan dilakukan untuk melihat berapa jumlah ibu hamil yang mengalami KEK di Kecamatan Kedungkandang.

Penelitian pendahuluan akan dilakukan di beberapa tempat seperti di Puskesmas Arjowinangun, dan Puskesmas Kedungkandang serta juga akan dilakukan di Dinas Kesehatan Kota Malang.

2. Mendapatkan data berupa gambaran kondisi ibu hamil. Setelah

melakukan penelitian pendahuluan, data yang didapatkan pada penelitian pendahuluan berupa gambaran kondisi ibu hamil dan permasalahannya dan hasil tersebut akan menjadi pedoman dalam menentukan masalah yang terjadi serta dapat menentukan tempat dan subyek penelitian.

3. Menyusun proposal penelitian

Penyusunan proposal penelitian dilakukan setelah memperoleh data hasil pendahuluan yang diinginkan.

4. *Ethical clearance*

Memperoleh kelayakan etik untuk melakukan penelitian.

5. Validasi pertanyaan

Melakukan uji validasi pada pertanyaan yang akan dilakukan pada informan.

6. Memilih informan

Calon informan yang dipilih adalah yang memenuhi kriteria yang telah ditetapkan.



7. Memberikan form *Informed Consent*

Form *Informed Consent* diberikan pada calon informan, dan apabila calon informan setuju untuk menjadi informan maka dilanjutkan ke tahap pengumpulan data.

8. Melakukan pengambilan data

Pengambilan data disesuaikan dengan kesepakatan yang telah dibuat oleh peneliti dan informan.

9. Melakukan analisis data

Analisis data adalah proses mengorganisasikan dan mengurutkan data ke dalam pola, kategori, dan satuan uraian dasar sehingga dapat ditemukan tema.

4.9 Analisis Data

Teknik atau metode analisis yang akan digunakan berawal dari hasil temuan yang akan diteliti lalu diinterpretasikan secara umum.

Beberapa langkah yang dilakukan dalam analisis data, yaitu:

1. Mengolah dan menginterpretasi data sebelum dianalisis. Yang dilakukan pada tahap ini adalah melakukan transkrip wawancara, *scanning* materi, memahami data yang didapat lalu dipilah-pilah dan disusun sesuai dengan jenis yang berbeda sesuai sumber informasi.
2. Membaca keseluruhan data. Catatan-catatan khusus atau gagasan-gagasan umum yang muncul dari data yang diperoleh akan dicatat.
3. Menganalisis lebih detail dengan melakukan pengkodean data pada informasi penting yang disampaikan informan.
4. Melakukan kategori data pada kode-kode yang sama dan menyimpulkan hasil kategori menjadi tema-tema.
5. Menginterpretasi atau memaknai data.



BAB V

HASIL PENELITIAN DAN ANALISIS DATA

5.1 Gambaran Umum Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada ibu hamil yang tercatat di posyandu di wilayah kerja Puskesmas Arjowinangun, Kota Malang dengan usai kandungan 3-9 bulan. Proses pengambilan data dilakukan pada bulan Januari 2019.

Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan metode *in-dept interview* pada informan utama dan informan pendukung. Pemilihan informan dilakukan secara *purposive sampling*. Wawancara mendalam dilaksanakan pada enam informan utama di rumah masing-masing pada tanggal 15 Januari 2019 sampai dengan 18 Januari 2019. Wawancara mendalam juga dilakukan pada informan pendukung yaitu orang yang mengetahui kebiasaan makan ibu hamil tersebut selama kehamilannya. Informan pendukung terdiri dari suami dan kader wilayah tempat tinggal ibu hamil. Wawancara informan pendukung dilakukan di rumah masing-masing pada tanggal 15 Januari 2019 sampai dengan 19 Januari 2019. Wawancara informan pendukung digunakan untuk triangulasi data informan utama yang telah didapatkan.

5.2 Karakteristik Informan

5.2.1 Informan Kunci

Tabel 5.1 Karakteristik Informan Kunci

Karakteristik Informan	Jumlah	Prosentase
Kelurahan Arjowinangun	2	33,3%
Mergosono	3	50%
Bumiyayu	1	16,7%

Usia Ibu		
19-25 tahun	5	83,3%
30-35	1	16,7%
Usia Kehamilan		
1-3 bulan	1	16,7%
4-6 bulan	4	66,6%
7-9 bulan	1	16,7%
Pekerjaan Ibu		
Ibu Rumah Tangga	6	100%
Pendidikan		
SD/ sederajat	1	16,7%
SMP/ sederajat	1	16,7%
SMA/ sederajat	3	50,1%
Sarjana	1	16,7%
Jumlah Anggota Keluarga yang Tinggal Bersama		
<5 orang	5	83,3%
>5 orang	1	16,7%

5.2.2 Informan Pendukung

Informan pendukung pada penelitian ini sebanyak 4 informan. Informan pendukung yang tinggal di kelurahan Arjowinangun 2 orang (50%), kelurahan Mergosono 1 orang (25%) dan Bumiayu 1 orang (25%). Informan pendukung merupakan orang yang mengetahui bagaimana kebiasaan makan serta kegiatan ibu hamil sehari hari. Informan pendukung terdiri dari suami sejumlah 3 orang (75%) dan satu orang kader (25%).



Tabel 5.2 Kesan Umum Informan Kunci

Nama Informan	Usia Ibu (Tahun)	LiLA (cm)	Usia Kehamilan (Trimester ke-)	Alamat	Pendidikan Terakhir	Pekerjaan	Tinggal bersama	Kesan Umum
Informan 1 (NH) 30.10	32	20	3	Bumiayu RT/RW 6/5	SD	Ibu Rumah Tangga	Suami, anak (2)	Kurang informatif dan kurang memahami gizi selama kehamilan
Informan 2 (S) 34.13	25	23	2	Mergosono RT/RW 15/03	SMP	Ibu Rumah Tangga	Suami, ayah, ibu, adik (2)	Kurang informatif dan kurang memahami pertanyaan yang diberikan
Informan 3 (F) 27.10	35	22	1	Mergosono RT/RW 15/03	SMA	Ibu Rumah Tangga	Suami, anak (1)	Memberikan banyak informasi dan menceritakan pengalaman yang

Nama Informan	Usia (Tahun)	LiLA (cm)	Usia Kehamilan (Trimester ke-)	Alamat	Pendidikan Terakhir	Pekerjaan	Tinggal bersama	Kesan Umum
								dialaminya, sangat aktif dalam bertanya kembali
Informan 4 (IS) 32.25	24	21	2	Mergosono RT/RW 12/03	SMA	Ibu Rumah Tangga	Ibu, ayah, adik	Informatif dan mudah untuk diajak berkomunikasi
Informan 5 (RS) 1.05.54	22	22	2	Arjowinangun RT/RW 03/06	SMA	Ibu Rumah Tangga	Ibu, ayah, suami	Sangat informatif dan aktif berkomunikasi. Banyak bercerita tentang pengalamannya
Informan 22	22	23	3	Arjowinangun RT/RW 04/04	S1	Ibu	Suami,	Sanagt informatif dan

Nama Informan	Usia Ibu (Tahun)	LiLA (cm)	Usia Kehamilan (Trimester ke-)	Alamat	Pendidikan Terakhir	Pekerjaan	Tinggal bersama	Kesan Umum
6 (ZM) 36.05						Rumah Tangga	ayah, dan ibu	mengetahui informasi tentang gizi ibu hamil



5.3 Hasil Data

5.3.1 Proses Kategori Hasil Penelitian

Setelah dilakukan wawancara mendalam pada informan utama, hasil wawancara tersebut diubah menjadi bentuk transkrip wawancara. Hal ini dilakukan untuk menganalisa semua hasil yang diperoleh selama pengambilan data. Setelah dilakukan transkrip *in-dept interview*, lalu dilanjutkan ke proses interpretasi menjadi kode, yaitu pemaknaan dari data-data yang bersifat spesifik dan penting dalam penelitian. Kode-kode yang memiliki makna yang sama dikelompokkan menjadi kategori. Setelah kategori terbentuk maka kategori tersebut dihubungkan menjadi sebuah makna yang lebih umum yang berupa tema.

Tabel 5.3 Daftar Kode, Kategori, dan Tema

Kode	Kategori	Tema
Sehari makan 2-3 kali	Porsi dan frekuensi makan sebelum hamil	Kebiasaan makan sebelum kehamilan yang berhubungan dengan KEK
Makan sehari 2 kali		
Kebiasaan makan sebelum hamil 2-3 kali		
Porsi makan tetap		
Tidak ada perbedaan makan selama kehamilan	Pola makan sebelum hamil	
Porsi makan dulu lebih sedikit		
Makan 2 kali sehari sebelum hamil		
Sebelum hamil makan 3-4 kali sehari		
Jarang makan buah	Pola makan sebelum hamil	
Jarang makan sayur		
Tidak terlalu suka makan ikan		
Tidak suka buah sebelum hamil		
Ibu mengetahui pengertian KEK	Pengetahuan ibu tentang KEK	
Ibu tidak mengetahui penyebab KEK		



Kode	Kategori	Tema
Ibu tidak mengetahui dampak KEK		
Ibu tidak mengetahui hubungan KEK dengan asupan makan		
Setelah hamil makan 3 kali	Porsi dan frekuensi makan selama hamil	Kebiasaan makan selama hamil
Porsi makan tetap		
Porsi makan tetap		
Tidak ada perbedaan makan selama kehamilan		
Setelah hamil makan 3 kali		
Setelah hamil lebih memilih makanan bergizi		
Frekuensi makan sering		
Porsi makan setelah hamil meningkat		
Kebiasaan makan setelah hamil 4-5 kali		
Pengolahan lauk hewani digoreng	Pola makan selama hamil	
Pengolahan lauk nabati digoreng		
Protein yang sering dikonsumsi pindang, tongkol, ayam		
Sering mengonsumsi tahu tempe		
Pengolahan sayur paling sering direbus		
Suka makan buah		
Makan buah setiap hari		
Lebih suka ngemil		
Nafsu makan meningkat selama hamil		
Sering lapar selama hamil		
Makan bersama dimalam hari	Kebiasaan makan bersama selama hamil	
Makan bersama siang hari		
Makan bersama anak		
Makan bersama dimalam hari		
Senang makan bersama suami		
Makan bersama hanya saat makan diluar		

Kode	Kategori	Tema
Pernah mendapat informasi tentang gizi untuk ibu hamil	Pengaruh edukasi gizi selama hamil	
Pernah mendapat edukasi gizi selama kehamilan		
Pemilihan makanan berdasarkan saran bidan		
Menerapkan makanan yang dianjurkan		
Sudah menerapkan sebagian edukasi gizi		
Cium bau apa saja mual	Makanan yang ditolak selama kehamilan	Alasan penolakan makan selama hamil yang berkaitan dengan perubahan selama kehamilan
Tidak suka bau masakan		
Bau pukis bikin mual		
Tidak suka semua bau masakan yang digoreng		
Tidak suka bau nasi yang baru matang		
Tidak suka bau ikan goreng		
Tidak mau makan pentol		
Tidak mau makan ayam		
Tidak mau makan ikan goreng		
Tidak mau makan lauk hewani karena mual		
Tidak mau makan hati ayam		
Liat nasi ngga mau		
Tidak mau makan nasi di awal hamil		
Tidak mau makan bumbu kacang		
Pengolahan santan dihindari		
Lihat saja ngga mau	Penyebab penolakan makan selama hamil	
Liat makanan bersantan tidak mau		
Bawaan bayi		
Tidak kepengen		
Bawaan bayi		
Bayi dalam kandunga tidak mau makanan tersebut		
Rasa tidak nyaman kalau makan sesuatu yang tidak disukai bayi		
Pendapat bahwa penolakan merupakan		



Kode	Kategori	Tema
bawaan bayi		
Ibu mual saat janin tidak suka makanan yang dimakan		
Janin bereaksi dengan makanan yang ibu makan		
Muntah diawal kehamilan	Mengalami gangguan	
Sering muntah	mual dan muntah selama	
Mengalami mual dan muntah karena bau menyengat	hamil	
Ada perasaan tersiksa saat mual dan muntah		
Sering mual dan muntah		
Ada mual diawal kehamilan		
Mual muntah mempengaruhi pemilihan makanan	Mual dan muntah mempengaruhi pemilihan	
Mual muntah menurunkan asupan makan	makanan selama hamil	
Selama awal kehamilan sering tidak makan sama sekali		
Mengganti nasi dengan buah		
Mengganti nasi dengan bubur sumsum dan air tajin		

5.3. Pernyataan Penting Informan

5.3.2.1 Kebiasaan Makan Sebelum Kehamilan yang Berhubungan dengan KEK

Tabel 5.4 Pernyataan Penting Kebiasaan Makan Sebelum Kehamilan yang Berhubungan dengan KEK

Kategori	Pernyataan Penting
Porsi dan frekuensi makan sebelum hamil	<p><i>"makannya dua kali, nasinya sedikit, luweh sedikit yang dulu, nek sekarang kan 1 centong setengah, nek dulu paleng mek sak centong"</i> (IS,2019)</p> <p>➔ Makannya dua kali, nasinya sedikit, lebih sedikit yang dulu, kalau sekarang kan 1,5 centong, kalau dulu mungkin cuma 1 centong</p> <p><i>"kalau kayak porsinya kan aku ngga bisa makan banyak, jadi sedikit sedikit tetep tapi lebih mikir untuk gizinya gitu, kalau dulukan apa aja masuk yang penting kenyang, kalau dulu gitu, soalnya kalau kerja kan butuh energi yang banyak"</i> (RS,2019)</p> <p><i>"makannya kadang dua kali kadang tiga kali sebelum hamil"</i> (ZM,2019)</p>
Pola makan sebelum hamil	<p><i>"apa ya ya emang dari dulu ngga terlalu suka makan ikan"</i> (ZM,2019)</p> <p><i>"ada, dulu sebelum hamil ngga mau buah kalau sekarang harus makan buat bayinya"</i> (ZM,2019)</p> <p><i>"ya nasi sama lauk pauk aja, kalau sayur jarang karena emang ngga suka sayur"</i> (ZM,2019)</p> <p><i>"kalau buah dulu aku juarang mbak, sekarang ini seng aku sering makan buah"</i> (IS,2019)</p> <p><i>"sayur se sebenere aku ngga terlalu suka sayur, sekarang ini se baru suka"</i> (IS,2019)</p>
Pengetahuan ibu tentang KEK	<p><i>"KEK itu kan ini lingkaran lengan atas, katanya disinikan tenaganya seorang ibu pas mau melahirkan, jadi kayak simpanan gizinya ibu hamil"</i> (NH,2019)</p>

Kategori	Pernyataan Penting
	<p>“ngga, itu emang untuk apa sih mbak kok ibu hamil diukur lingkar lengannya? Aku juga pingin tau” (F,2019)</p> <p>“ya lengen e cilik, kurang gitu, kurang gizi” (S,2019)</p> <p>→ Ya lengannya kecil, kurang sepertinya, kurang gizi</p> <p>“kalau menurut aku mbak ya dari makanan, kalau aku kan dari dulu ya segini, maem e ya menurut aku ya wes banyak yo wes maem opo ae gak milih milih tapi yo pancet ae” (S,2019)</p> <p>→ Kalau menurut aku mbak ya dari makanan, kalau aku kan dari dulu ya segini, makannya ya menurut aku ya sudah banyak, ya sudah makan apa saja tidak memilih-milih makanan tapi ya tetap aja</p> <p>“sakjane iya mbak, tapi yo ngga tau nek aku dari dulu sampe sekarang yo pancet cilik ae, biasane kan lengene gede-gede jadi yo pawakane koyoke” (S,2019)</p> <p>→ Sebenarnya iya mbak, tapi ya tidak tahu kalau aku dulu dampai sekarang ya tetap kecil aja, biasanya kan lengananya besar jadi sepertinya perawakannya</p>

5.3.2.2 Kebiasaan Makan Selama Hamil yang Berhubungan dengan KEK

Tabel 5.5 Pernyataan Penting Kebiasaan Makan Selama Hamil yang Berhubungan dengan KEK

Kategori	Pernyataan Penting
Porsi dan frekuensi makan selama hamil	<p>“kalau sekarang ya sudah hampir sama, kalau 3 bulan awal dulu kan masih sedikit makannya, sekarang sudah lebih banyak malihan. Bener saya itu makananya ngga bisa banyak, tapi itu kayak sering laper, udah makan kok laper lagi jadi gitu” (RS,2019)</p> <p>→ Kalau sekarang ya sudah hamper sama, kalau 3 bulan dulu kan masih sedikit makannya, sekarang sudah</p>

Kategori	Pernyataan Penting
	<p>lebih banyak jadinya. Benar saya itu makannya tidak bias banyak, tapi seperti sering lapar, sudah makan kok lapar lagi jadi gitu</p> <p><i>"beda mbak, kalau sebelum hamil itu 1 centong kalau sekarang 2 centong mbak"</i> (ZM,2019)</p> <p><i>"engga, 4-5 kali malahan makannya, jadi sering laper saya"</i> (F,2019)</p>
Pola makan selama hamil	<p><i>"iya, nek lauk digoreng yo mesti tiap hari mbak"</i> (S,2019)</p> <p><i>"itu sayur bening sama ikan goreng gitu, ditumis"</i> (F,2019)</p> <p><i>"hee, tapi bukan santen, dibening gitu lho aku seneng yang seger-seger"</i> (IS,2019)</p> <p><i>"ya seperti biasa aja mbak, kalau sayur yang simple, saya kan ngga bisa masak sing aneh-aneh ya udah ya ditumis, di apa kayak kuah yawes gitu-gitu aja"</i> (RS,2019)</p> <p><i>"engga, lebih enak waktu hamil malahan, kalau maeme tetep Cuma cemilannya sukaan pas hamil."</i> (NH,2019)</p> <p><i>"paling sering itu ketela, jemblem suka, dulu sebelum hamil ngga begitu suka"</i> (NH,2019)</p>
Kebiasaan makan bersama selama hamil	<p><i>"iya, kalau makan bareng kan ada temene, kadang kalau liat dia (suami) kok makannya lahap, maleh lomba gitu"</i> (RS,2019)</p> <p><i>"ya kalau anak habis pulang sekolah itu pasti saya ajak hehehe"</i> (NH,2019)</p>
Pengaruh edukasi gizi selama hamil	<p><i>"ya kayak karbohidrat, protein, vitamin yang bagus buat bayinya itu apa"</i> (ZM,2019)</p> <p><i>"apa ya, katanya bidannya sih gitu, apel yang paling bagus untuk ibu hamil"</i> (ZM,2019)</p> <p><i>"kalau dari posyandu sih paling Cuma dibilangin yang penting makan e yang bergizi yang gini-gini wes pokok e, kan Cuma diukur berat badan sama lihat bukuku yang periksa dari puskesmas, Cuma gitu itu"</i> (RS,2019)</p> <p><i>"yo anu, diterangne nek umur berapa, kebutuhan e kudu berapa"</i> (S,2019)</p>

5.3.2.3 Alasan Penolakan Makan Selama Kehamilan yang Berkaitan dengan Perubahan Selama Kehamilan

Tabel 5.6 Pernyataan Penting Alasan Penolakan Makan Selama Kehamilan Yang Berkaitan dengan Perubahan Selama Kehamilan

Kategori	Pernyataan Penting
Makanan yang ditolak selama kehamilan	<p><i>"nah itu kan sebelum hamil saya jualan pukis, nah bau pukis itu "</i> (F,2019)</p> <p><i>"Ya apa yang digoreng wes, brambang digoreng, apa bawang digoreng, pokoknya bau minyak yang digoreng atau bekas masakan kan biasanya ventilasinya inikan naik e ke udara atas mbak jadi bau e sek ada di dapur gitu itu, ada disitu baue bekas masak gitu wes dulu waktu anu apa itu beluk e nasi, sumup e nasi itu kepul kepul e itu itu juga ga mual tapi kadang nek pas perut e ngga enak baru buka gitu wes mbuukk rasane wes eneg, kayak wes kudu muntah gitu itu, kadang bau tumbang, bau bawang yang kayak orang mau ngoreng ikan gitu itu entah dari sini, dari luar gitu kalau dari atas mestinya tetangga tetangga masak ada angin e bau gitu"</i> (RS,2019)</p> <p><i>"wes pokoknya lihat nasi aja ngga mau"</i> (F,2019)</p> <p><i>"iya, awal-awal dulu ngga mau aku nek sekarang udah mau makan. Nek sek awal- awal ngljat tok ae wes emoh. Ngga mau pokok e nguwasno ae wes ngga mau. Padahal biasanya aku kan doyan pentol, doyan bakso asline, ngeliat tok ae emoh.nek ayam itu, dua bulan tiga bulan ngga mau ambe pete gitu 2 bulan 3 bulan ngga mau"</i> (S,2019)</p> <p><i>"ada sih mbak, ya makanan seng ngga tak suka kayak ya ikan yang itu tadi terus masakan yang bau bau daun salam gitu, walaupun sayur didalemnya itu aku suka tapi kan tetep ada baunya gitu itu kan, bau</i></p>

Kategori	Pernyataan Penting
	<p><i>langsung wes muneg wes, ..” (RS,2019)</i></p> <p><i>“ayam, bebek masih mau, daging sih mbak sebenarnya yang ngga mau kayak sate udah eneg liatnya sama yang berbumbu kacang itu eneg” (ZM,2019)</i></p> <p><i>“iya ngga sama sekali sama ati juga ngga” (ZM,2019)</i></p>
Penyebab penolakan makan selama hamil	<p><i>“ ngga tau ya mungkin karena bawaan bayinya, mungkin gitu ya” (F,2019)</i></p> <p><i>“eneg mbak sama kayak nyium baunya gitu udah ngga suka mbak, tiba-tiba ngga suka, dulunya suka” (S,2019)</i></p> <p><i>“kalau santen liat aja gini, wes ngga mau. Kalau sekarang udah agak mau dikit-dikit, yang pertama ngga mau sama sekali.” (F,2019)</i></p> <p><i>“ngga tau ya mbak liat aja wes ngga mau” (ZM,2019)</i></p> <p><i>“iya, awal-awal dulu ngga mau aku nek sekarang udah mau makan. Nek sek awal- awal nglia tok ae wes emoh. Ngga mau pokok e nguwasno ae wes ngga mau. Padahal biasanya aku kan doyan pentol, doyan bakso asline, ngeliat tok ae emoh.nek ayam itu, dua bulan tiga bulan ngga mau ambe pete gitu 2 bulan 3 bulan ngga mau” (IS,2019)</i></p>
Mengalami gangguan mual dan muntah selama hamil	<p><i>“ngga tau ya, dimasukin nasi mbalek, jadi ngga mau gantine jadi aku makan buah, padahal nasi itu yang pokok lah wes” (RS,2019)</i></p> <p><i>“kalau udah mual, makan apapun ngga enak wes” (F,2019)</i></p>
Mual dan muntah mempengaruhi pemilihan makanan selama hamil	<p><i>“iya, makannya jadi milih mbak, kadang juga ngga mau makan pernah karena mual” (IS,2019)</i></p> <p><i>“iya mood mood an, kadang kayak pengen iki ya sekarang memang harus ada itu gitu, sekarang pingin</i></p>



Kategori

Pernyataan Penting

tahu diapakan ya harus gituin, dimasak itu” (IS,2019)

“hee, soale aku pingin e seng manis manis ngga gitu aku pingin makan diluar gitu” (RS,2019)

“hee jadi maleh kalau biasanya saya makannya itu nafsu makan bisa sampe 3 kali kalo mual muntah ngga mau makan sama sekali, sampe de'e itu kadang bingung, kamu tu mau opo, aku ngga mau apa-apa la susah, dikasi air putih ya muntah, minum susu ya muntah gitu, kadang itu nek maune pisang kan pagi hari suruh nyanding pisang sama bidan e jadi cekno ngga mual, mungkin karena pisang itu yo manis mungkin kan jadi iso sampek 3, 4 itu makane, seneng gitu” (RS,2019)

“:ngga tau ya, dimasukin nasi mbalek, jadi ngga mau gantine jadi aku makan buah, padahal nasi itu yang pokok lah wes” (RS,2019)

5.4 Daftar Makanan yang Ditolak Ibu Hamil

Hasil data yang didapat dari 6 informan kunci, 4 diantaranya mengalami penolakan makanan dan 2 informan tidak mengalami penolakan makan selama kehamilan. Makanan yang ditolak oleh informan juga bermacam-macam dan kebanyakan merupakan golongan lauk hewani, namun juga ada jenis makanan lain seperti nasi, santan, kacang, dan aroma-aroma masakan yang membuat ibu hamil tersebut menjadi enggan untuk makan makanan tersebut seperti aroma pukis, makanan berdaun salam, dan gorengan. Alasan dari penolakan makan yang terjadi juga bermacam-macam, namun banyak ibu hamil yang percaya bahwa alasan penolakan makanan tersebut karena bawaan bayi yang tidak suka dengan makanan yang ibu amkan sehingga membuat ibu hamil tersebut mual saat mengonsumsi makanan tersebut.

Tabel 5.8 Daftar Makanan yang Ditolak Ibu Hamil

Informan	Makanan yang ditolak	Alasan
Informan 1 (NH)	Tidak ada	Tidak ada
Informan 2 (S)	Tidak ada	Tidak ada
Informan 3 (F)	Bau pukis Bau semua masakan Nasi Makanan bersantan	Ada mual muntah dan pengaruh atau bawaan bayi
Informan 4 (IS)	Pentol (bakso) Ayam Pete	Bawaan bayi dan bayi dalam kandungan tidak mau makan makanan tersebut
Informan 5 (RS)	Bau masakan yang digoreng Nasi Ikan goreng Masakan berbau daun salam	Bawaan bayi dan mual dan muntah saat mencium aroma tersebut
Informan 6 (ZM)	Lauk hewani (daging sapi dan kambing) Makanan berbumbu kacang Hati ayam	Mual saat mencium aroma tersebut



BAB VI

PEMBAHASAN

6.1 Interpretasi Hasil Penelitian

Analisa data wawancara mendalam yang telah dilakukan ditemukan tema umum yaitu kebiasaan makan sebelum kehamilan yang berhubungan dengan KEK, kebiasaan makan selama kehamilan, alasan penolakan makan selama hamil yang berkaitan dengan kondisi ibu yang mengalami mual dan muntah, serta upaya yang dilakukan ibu untuk memenuhi kebutuhan janin dan ibu hamil. Kebiasaan makan adalah cara yang dilakukan oleh individu atau kelompok untuk memilih, mengonsumsi, dan menggunakan makanan yang tersedia yang pemilihannya dipengaruhi faktor sosial dan budaya di lingkungan sekitar (Arisman,2004). Kebiasaan makan juga meliputi sikap, kepercayaan, dan pemilihan makanan. Sikap seseorang pada makanan dapat negatif ataupun positif yang bergantung pada lingkungan sekitarnya. Kepercayaan makanan juga berhubungan dengan kualitas makanan itu sendiri seperti baik dan buruknya, atau menarik dan tidak menarik. Sikap dan kepercayaan seseorang terhadap suatu makanan akan berpengaruh terhadap pemilihan suatu makanan (Kadir,2016).

Tema kedua yang diperoleh adalah Kondisi ibu hamil yang mempengaruhi adanya penolakan makanan. Menurut studi ada 3 faktor yang dapat menyebabkan adanya penolakan makanan yaitu perubahan sensorik, efek kebudayaan, dan teori perlindungan kehamilan atau embrionik. Perubahan sensori selama kehamilan dipercaya karena adanya perubahan hormon dan adanya perubahan lain dalam lingkungan internal juga mengakibatkan



perubahan sensorik yang akan mempengaruhi palatabilitas rasa tertentu.

Penolakan makan karena pengaruh kebudayaan juga mungkin dapat terjadi karena adanya pandangan yang mengatakan bahwa zat-zat dalam makanan yang dihindari memiliki makna simbolis tertentu, budaya bagi individu, dan zat-zat tersebut sering menyebabkan mual pada wanita hamil. Teori ketiga yang paling mungkin diterima adalah penolakan makan dapat berkembang sebagai respon adaptif dari kerentanan penyakit untuk melindungi ibu atau janin (Schachtman *et al*,2016).

6.2 Pembahasan Tema

6.2.1 Kebiasaan Makan Sebelum Kehamilan yang Berhubungan dengan KEK

Proses perilaku makan ibu hamil sehari-hari menjadi faktor penting penyebab Kurang Energi Kronis (KEK) pada ibu hamil, khususnya kebiasaan makan sebelum kehamilan yang dikarenakan terjadinya KEK tidak terjadi dalam waktu yang singkat dan perlu berbulan-bulan untuk dapat dikatakan kronis. Perilaku makan sebelum kehamilan ini dapat dilihat dari porsi dan frekuensi makan sebelum hamil serta pola makan sebelum hamil.

Asupan makan setiap hari diharapkan dapat memenuhi minimal kebutuhan energi basal tubuh, apabila asupan makan kurang dari kebutuhan maka tubuh tidak akan dapat melakukan fungsinya dengan baik. Ibu hamil dengan KEK dapat disebabkan karena kekurangan energi dalam waktu yang lama. Porsi makan dan frekuensi makan sebelum hamil berhubungan erat dengan kondisi KEK pada ibu hamil tersebut. Ibu hamil mengaku bahwa porsi makan sebelum hamil lebih sedikit daripada setelah hamil.



Ibu hamil cenderung makan sekitar 1 centong nasi saat sebelum hamil. Perubahan sebelum dan sesudah hamil juga dilihat dari frekuensi makan dalam satu hari, ibu hamil biasanya makan 2-4 kali sebelum hamil namun dalam jumlah yang kurang mencukupi kebutuhan.

“makannya dua kali, nasinya sedikit, luweh sedikit yang dulu, nek sekarang kan 1 centong setengah, nek dulu paleng mek sak centong” (IS,2019)

→ Makannya dua kali, nasinya sedikit, lebih sedikit yang dulu, kalau sekarang kan 1,5 centong kalau dulu mungkin cuma 1 centong

“kalau kayak porsinya kan aku ngga bisa makan banyak, jadi sedikit sedikit tetep tapi lebih mikir untuk gizinya gitu, kalau dulukan apa aja masuk yang penting kenyang, kalau dulu gitu, soalnya kalau kerja kan butuh energi yang banyak” (RS,2019)

“makannya kadang dua kali kadang tiga kali sebelum hamil” (ZM,2019)

Pola makan sebelum hamil juga dapat mempengaruhi terjadinya KEK. Ibu hamil yang menjadi informan mengaku bahwa sebelum hamil mereka jarang mengonsumsi sayur dan buah, serta ada yang tidak menyukai buah-buahan sebelum hamil. Ada juga ibu yang mengaku tidak terlalu suka makan ikan.

“apa ya ya emang dari dulu ngga terlalu suka makan ikan” (ZM,2019)

“ada, dulu sebelum hamil ngga mau buah kalau sekarang harus makan buat bayinya” (ZM,2019)

“ya nasi sama lauk pauk aja, kalau sayur jarang karena emang ngga suka sayur” (ZM,2019)

“kalau buah dulu aku juarang mbak, sekarang ini seng aku sering makan buah” (IS,2019)



"sayur se sebenere aku ngga terlalu suka sayur, sekarang ini se baru suka" (IS,2019)

Menurut Hardinsyah (2007), konsumsi pangan sebelum dan selama kehamilan mempengaruhi status gizi ibu hamil. Ibu hamil dengan konsumsi pangan dan gizinya cukup akan jarang mengalami masalah dalam kehamilannya. Status gizi sebelum kehamilan merupakan faktor yang mempengaruhi gizi.

6.2.2 Kebiasaan Makan Selama Hamil Berhubungan dengan KEK

Ada beberapa perbedaan pendapat pada informan saat ditanya bagaimana porsi makanannya sebelum dan sesudah hamil, apakah terdapat perbedaan. Jawaban informan bergantung pada trimester kehamilan dimana saat ini berada. Ibu hamil ditrimester awal yang masih mengalami mual dan muntah cenderung untuk mengatakan porsi makan saat ini lebih sedikit dari porsi makan sebelum hamil. Sedangkan ibu dengan trimester 2 dan 3 mengaku sekarang lebih meningkat porsi makanan serta frekuensi makanan dalam sehari. Pernyataan informan didukung oleh keluarga yaitu suami yang mengatakan bahwa ibu hamil tersebut mengalami kenaikan nafsu makan selama kehamilan.

"kalau sekarang ya sudah hampir sama, kalau 3 bulan awal dulu kan masih sedikit makannya, sekarang sudah lebih banyak malihan. Bener saya itu makanannya ngga bisa banyak, tapi itu kayak sering laper, udah makan kok laper lagi jadi gitu" (RS,2019)

"beda mbak, kalau sebelum hamil itu 1 centong kalau sekarang 2 centong mbak" (ZM,2019)



*“engga, 4-5 kali malahan makannya, jadi sering laper saya”
(F,2019)*

Peningkatan jumlah makanan yang diasup oleh ibu hamil merupakan sebuah hal yang sangat baik. Dengan adanya peningkatan energi yang masuk diharapkan dapat memenuhi kebutuhan ibu hamil beserta janinnya serta dapat mengurangi atau meringankan dampak yang mungkin ditimbulkan dari adanya kondisi KEK. Penelitian yang dilakukan oleh Widy, (2014) mengatakan bahwa sebanyak 76% ibu hamil KEK makan kurang dari kebutuhan

Kebiasaan makan bersama antara ibu hamil dengan keluarga terdekat yang merupakan suami, anak, ataupun orang tua dapat mempengaruhi asupan makan ibu hamil tersebut. Ada ibu hamil yang mengaku senang saat ditemani suami atau anaknya makan bersama. Ibu hamil tersebut cenderung mengalami ketidaknyamanan saat makan yang bisa disebabkan karena adanya mual dan muntah, sehingga saat ditemani makan oleh keluarga terdekat dapat memberikan kekuatan bagi ibu untuk menghabiskan makanannya.

*“iya, kalau makan bareng kan ada temene, kadang kalau liat dia (suami) kok makannya lahap, maleh lomba gitu”
(RS,2019)*

“ya kalau anak habis pulang sekolah itu pasti saya ajak hehehe” (NH,2019)

Informan yang ditemani makan oleh anggota keluarganya mengaku akan menghabiskan makanan yang ada dihadapannya



karena termotivasi oleh suaminya yang makan dengan lahap.

Informan lain memilih makan menunggu anaknya pulang sekolah untuk diajak makan bersama yang membuktikan bahwa informan memilih waktu makannya agar bisa makan bersama anaknya.

Adanya kebiasaan makan bersama keluarga juga terdapat dalam penelitian kualitatif yang dilakukan oleh Hasanah dkk (2013), yang mengatakan bahwa ibu hamil juga melakukan kebiasaan makan bersama baik itu bersama orang tua, suami dan anak-anaknya setiap hari. Berdasarkan penelitian, pengetahuan informan tentang tata karma makan keluarga kurang baik dimana banyak informan yang tidak bisa menjelaskan kebiasaan makan atau norma makan bersama keluarga yang baik seperti makan bersama setiap pagi dan siang. Dalam praktiknya seluruh informan utama tidak menerapkan kebiasaan makan tersebut.

Peningkatan nafsu makan berhubungan dengan porsi makan ibu hamil. Sama halnya dengan peningkatan porsi makan, peningkatan nafsu makan juga biasanya terjadi pada ibu hamil dengan usia kehamilan ditrimester 2 dan 3. Nafsu makan ibu hamil biasanya akan menurun ditrimester awal awal yang dapat terjadi karena beberapa hal seperti peran hormon-hormon kehamilan yang sering menyebabkan mual dan muntah.

Sejalan dengan penelitian Simanjuntak dan Sudaryati (2005), trimester 2 dan 3 kehamilan saat sudah tidak ada mual dan muntah biasanya ada kenaikan nafsu makan. Peningkatan nafsu makan juga diikuti dengan diperlukannya tambahan energi untuk perkembangan dan pertumbuhan janin serta menjaga kesehatan ibu.



“ada, nafsu makan waktu hamil bertambah, tapi dulu empat bulan pertama ngga enak makan, sampai katanya kurang gizi dari puskesmasnya, tapi setelah itu nambah terus berat badannya” (RS,2019)

“kalau pas hamil itu kayak makan apa aja enak” (NH,2019)

Edukasi tentang gizi yang diterima ibu pada hamil akan dapat mempengaruhi pola makan dan kebiasaan makan ibu hamil.

Ibu hamil yang telah mendapatkan edukasi gizi baik dari posyandu, ahli gizi di puskesmas ataupun dari bidan akan cenderung melakukan dan memperhatikan saran-saran yang diberikan. Motivasi para informan mengikuti informasi yang diberikan adalah agar janin yang dikandungnya dapat tumbuh dengan sehat serta ibu juga sehat.

“ya kayak karbohidrat, protein, vitamin yang bagus buat bayinya itu apa” (ZM,2019)

“apa ya, katanya bidannya sih gitu, apel yang paling bagus untuk ibu hamil” (ZM,2019)

“kalau dari posyandu sih paling Cuma dibilangin yang penting makan e yang bergizi yang gini-gini wes pokok e, kan Cuma diukur berat badan sama lihat bukuku yang periksa dari puskesmas, Cuma gitu itu” (RS,2019)

“yo anu, diterangne nek umur berapa, kebutuhan e kudu berapa” (S,2019)

→ ya itu, dijelaskan kalau umurnya berapa, kebutuhannya juga berapa

Penelitian yang dilakukan oleh Surasih (2005)

menunjukkan bahwa pengetahuan ibu tentang gizi dan kesehatan ibu hamil yang kurang merupakan faktor resiko kejadian kurang

energi kronis pada ibu hamil. Hal ini tidak sejalan dengan



penelitian yang dilakukan dimana walau telah mendapat edukasi gizi tentang kehamilan dan melakukan saran-saran edukasi tersebut, namun tetap saja ibu hamil tersebut mengalami KEK.

6.2.3 Alasan Penolakan Makan Selama Kehamilan yang Berkaitan dengan Perubahan Selama Kehamilan

Penolakan makanan yang terjadi pada ibu hamil, ternyata banyak dialami oleh ibu hamil beberapa diantaranya tidak suka akan bau makanan tersebut, tidak mau makan protein hewani, tidak mau makan nasi, tidak mau makan makanan berlemak seperti santan dan makanan berbumbu kacang. Kebanyakan penolakan makan tersebut timbul karena adanya persepsi negatif dari makanan itu sendiri.

Informan yang mengalami penolakan makan cenderung tidak menyukai aroma makanan tersebut atau ada juga yang tidak mau memakannya sama sekali. Aroma makanan yang dimaksud adalah seperti tidak suka bau kue pukis, tidak suka aroma ikan goreng, tidak suka bau nasi yang baru matang, serta ada informan yang mencium bau apa saja sudah mual. Informan yang mengaku tidak suka bau kue pukis merupakan informan yang berprofesi sebagai penjual kue pukis sebelumnya, namun saat awal kehamilan dan masih berjualan kue pukis, informan tersebut sering mual karena tidak tahan dengan bau pukisnya sehingga memutuskan untuk berhenti berjualan. Informan lain yang mengaku tidak suka mencium bau masakan dikarenakan tinggal di lingkungan perumahan padat penduduk yang dilihat dari



rumahnya kurang terdapat ventilasi udara, sehingga bau masakan yang muncul dari dapur sendiri atau dapur tetangga akan berkumpul disekitar rumah yang membuat informan tersebut mual.

“nah itu kan sebelum hamil saya jualan pukis, nah bau pukis itu “ (F,2019)

“Ya apa yang digoreng wes, brambang digoreng, apa bawang digoreng, pokoknya bau minyak yang digoreng atau bekas masakan kan biasanya ventilasinya inikan naik e ke udara atas mbak jadi bau e sek ada di dapur gitu itu, ada disitu baue bekas masak gitu wes dulu waktu anu apa itu beluk e nasi, sumup e nasi itu kepul kepul e itu itu juga ga mual tapi kadang nek pas perut e ngga enak baru buka gitu wes mbuukk rasane wes eneg, kayak wes kudu muntah gitu itu, kadang bau tumar, bau bawang yang kayak orang mau ngoreng ikan gitu itu entah dari sini, dari luar gitu kalau dari atas mestinya tetangga tetangga masak ada angin e bau gitu ...” (RS,2019)

Makanan-makanan yang ditolak oleh para informan itu sendiri terdiri dari beberapa makanan seperti pentol atau bakso, ayam, ikan yang digoreng, hati ayam, makanan berbumbu kacang, makanan bersantan, bahkan ada informan yang tidak makan lauk hewani sama sekali serta ada informan yang diawal kehamilannya tidak mau makan nasi sama sekali.

Menurut Sullivan (2018), sumber bahan makanan yang biasanya ditolak oleh ibu hamil adalah dari golongan daging, telur, susu, bawang merah dan bawang putih, teh dan kopi serta makanan pedas. Penolakan makan pada ibu hamil biasanya juga



menolak makanan dengan aroma yang kuat. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan, kebanyakan makanan yang ditolak oleh ibu hamil merupakan sumber makanan hewani dan makanan yang berbau tajam atau menyengat.

“wes pokoknya lihat nasi aja ngga mau” (F,2019)

“iya, awal-awal dulu ngga mau aku nek sekarang udah mau makan. Nek sek awal- awal ngliaat tok ae wes emoh. Ngga mau pokok e nguwasno ae wes ngga mau. Padahal biasanya aku kan doyan pentol, doyan bakso asline, ngliaat tok ae emoh.nek ayam itu, dua bulan tiga bulan ngga mau ambe pete gitu 2 bulan 3 bulan ngga mau” (S,2019)

“ada sih mbak, ya makanan seng ngga tak suka kayak ya ikan yang itu tadi terus masakan yang bau bau daun salam gitu, walaupun sayur didalemnya itu aku suka tapi kan tetep ada baunya gitu itu kan, bau langsung wes muneg wes, ...” (RS,2019)

“ayam, bebek masih mau, daging sih mbak sebenarnya yang ngga mau kayak sate udah eneg liatnya sama yang berbumbu kacang itu eneg” (ZM,2019)

“iya ngga sama sekali sama ati juga ngga” (ZM,2019)

Alasan penolakan makanan tersebut berbeda-beda disetiap informan ada yang mual jika mengonsumsi bahan makanan tersebut, lalu ada yang mengatakan bahwa penolakan



makan tersebut merupakan bawaan bayi yang tidak ingin memakan makanan tersebut.

“ngga tau ya mungkin karena bawaan bayinya, mungkin gitu ya” (F,2019)

“eneg mbak sama kayak nyium baunya gitu udah ngga suka mbak, tiba-tiba ngga suka, dulunya suka” (S,2019)

Saat melakukan pengambilan data, sebagian besar ibu hamil yang menolak makanan mengatakan bahwa mungkin saja itu dikarenakan bawaan bayi yang ada didalam kandungan, atau dapat dikatakan ibu menolak makanan karena menganggap bayi di dalam kandungan tidak mau makanan tersebut yang pada sebagian besar ibu mengatakan akan mual dan muntah jika janin tidak menyukai makanan tersebut. Selain karena itu ada juga ibu hamil yang tidak tahu mengapa tida suka makanan tersebut dan mengaku hanya dengan melihatnya saja tidak suka.

Sejalan dengan penelitian Nyaruhucha (2009) yang menunjukkan ada beberapa alasan penolakan suatu makanan seperti adanya perubahan rasa atau bau pada makanan selama kehamilan, percaya bahwa menghindari suatu makanan dapat membantu mengurangi mual dan muntah, serta percaya bahwa penolakan makanan disebabkan karena janin tidak menyukai makanan tersebut. Sebagian besar ibu hamil memilih untuk tidak memiliki alasan apa-apa mengapa mereka menolak suatu makanan.



"kalau santen liat aja gini, wes ngga mau. Kalau sekarang udah agak mau dikit-dikit, yang pertama ngga mau sama sekali." (F,2019)

"ngga tau ya mbak liat aja wes ngga mau" (ZM,2019)

"iya, awal-awal dulu ngga mau aku nek sekarang udah mau makan. Nek sek awal- awal ngliait tok ae wes emoh. Ngga mau pokok e nguwasno ae wes ngga mau. Padahal biasanya aku kan doyan pentol, doyan bakso asline, ngeliat tok ae emoh.nek ayam itu, dua bulan tiga bulan ngga mau ambe pete gitu 2 bulan 3 bulan ngga mau" (IS,2019)

→ Iya, awal-awal dulu ngga mau aku kalau sekarang sudah mau makan. Kalau dulu awal- awal melihat saja tidak mau

Gangguan mual dan muntah yang timbul selama kehamilan disini murni karena adanya perubahan-perubahan pada diri ibu hamil yang salah satunya dikarenakan ketidakseimbangan hormon-hormon kehamilan. Dengan adanya mual dan muntah ibu hamil cenderung untuk menolak bahan-bahan makanan yang dianggapnya dapat memperparah kondisi mual dan muntah yang dialaminya.

"ngga tau ya, dimasukin nasi mbalek, jadi ngga mau gantine jadi aku makan buah, padahal nasi itu yang pokok lah wes" (RS,2019)

→ tidak tau ya, dimasukin nasi kembali, jadi tidak mau, gantinya jadi aku makan buah, padahal nasi itu yang pokok lah wes

"kalau udah mual, makan apapun ngga enak wes" (F,2019)



6.3 Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan yang ditemukan selama penelitian adalah belum diketahui secara pasti dampak kebiasaan makan sebelum hamil dengan kejadian KEK terhadap ibu itu sendiri seperti apa. Lalu belum bisa meneliti lebih mendalam lagi apakah ada pengaruh lain yang menyebabkan penolakan makan



BAB VII PENUTUP

7.1 Kesimpulan

1. Berdasarkan hasil penelitian, persepsi ibu hamil KEK terhadap penolakan makan yang dialaminya karena disebabkan beberapa faktor seperti adanya mual dan muntah diawal kehamilan yang dipengaruhi oleh perubahan hormon, pendapat bahwa penolakan makan tersebut merupakan bawaan bayi yang tidak mau atau tidak menyukai makanan tersebut serta ada juga pendapat yang mengatakan bahwa ibu hamil tersebut tidak mengetahui juga mengapa mereka melakukan penolakan makan tersebut. Dampak yang ditimbulkan dari penolakan makan tersebut terhadap kebiasaan makan sehari hari adalah adanya menyebabkan perubahan pada kebiasaan makan itu sendiri. Hal tersebut dapat dilihat dari porsi dan frekuensi ibu hamil sebelum dan saat hamil yang berbeda serta preferensi pemilihan makanan yang berbeda pula.

2. Bahan-bahan makanan tertentu yang ditolak oleh ibu hamil kebanyakan berasal dari golongan yang sama yaitu lauk hewani. Banyak informan yang menolak untuk makan salah satu dari lauk hewani seperti daging, ataupun ikan. Informan juga cenderung menghindari atau tidak menyukai maskan yang berbau tajam

3. Dampak penolakan makan terhadap kebiasaan makan dan kejadian KEK sebenarnya kurang menunjukkan kajian yang lebih dalam. Hal tersebut karena kebanyakan ibu hamil telah mengalami KEK sejak sebelum hamil yang berarti penolakan makan pada saat hamil kurang



bisa menggambarkan apakah penyebab KEK karena penolakan makan atau kebiasaan makan yang salah sejak dulu.

7.2 Saran

Saran yang bisa disampaikan untuk penelitian selanjutnya adalah mungkin bisa lebih meneliti lebih dalam penyebab KEK pada ibu hamil itu apa saja dan dampaknya terhadap ibu itu sendiri seperti apa dan mengembangkan penelitian tentang penolakan makan lebih dalam lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- Arisman. 2007. *Gizi dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: EGC
- Ausa,ES., Jafar,N., Indriasari,R. 2013. *Hubungan Pola Makan dan Status Sosial Ekonomi dengan Kejadian KEK pada Ibu Hamil di Kabupaten Gowa tahun 2013*. Jurnal Penelitian 1-13
- Baker,LC. 2016. *Everything You Need to Know About Food Aversion During Pregnancy* (Online). www.healthline.com. Diakses pada 31 Mei 2018
- Creswell, J. 2010. *Research Design : Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*. Yogyakarta: PT PustakaPelajar
- Creswell, J. 2012. *Educational Research: Planing, Conducting, and Evaluating Quantitative and Qualitative Research Fourt Edition*. Boston: Pearson Education Inc
- Fikawati,S., Syafiq,A., Karima,K. 2015. *Gizi Ibu dan Bayi*. Jakarta: Rajawali Press
- Gray,J., Chan,W. 2003. *Food Intolerance Types*. Encyclopedia of Food Sciences and Nutrition (Second Edition)
- Handiso,YH. 2014. *Prevalence of Food Aversions, Cravings, and Pica during Pregnancy and Their Association with Nutritional Status of Pregnant Women in Dale Woreda, Sidama Zone, SNNPRS, Ethiopia*. International Journal of Nutrition and Metabolism Vol. 7(1) pp. 1-14
- Hardinsyah. 2007. Review Faktor Determinan Keragaman Konsumsi Pangan. *Jurnal Gizi dan Pangan*, Juli 2007 2(2): 55-74
- Hasanah,DN., Febrianti., Minsarnawati. 2013. Kebiasaan Makan Menjadi Salah Satu Penyebab Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada Ibu Hamil di Poli Kebidanan RSI&A Lestari Cirendeu Tangerang Selatan. *Jurnal Kesehatan Reproduksi* Vol 3. No.3; Desember 2012: 91-104





Irianto, K. 2014. *Gizi Seimbang dalam Kesehatan Reproduksi (Balanced Nutrition in Reproductive Health)*. Bandung: Alfabeta

Kadir, AA. 2016. *Kebiasaan Makanan dan Gangguan Pola Makan Serta Pengaruhnya Terhadap Status Gizi Remaja*. Jurnal Publikasi Pendidikan Vol VI No 1

Maryam, S. 2016. *Gizi dalam Kesehatan Reproduksi*. Jakarta: Salemba Medika

McKerracher, L., Collard, M., Henrich, J. 2014. *Food Aversions and Cravings during Pregnancy on Yasawa Island, Fiji*

Moleong, L.J. 2016. *Metodologi Penelitian Kualitatif Edisi Revisi*. Remaja Rosdakarya. Bandung

Nyaruhucha, CNM. 2009. *Food Cravings, Aversions and Pica among Pregnant Women in Der es Salaam, Tanzania*. Tanzania Journal of Health Research Vol.11

Pritasari., Damayanti, D., Lestari, NT. 2017. *Gizi dalam Daur Kehidupan*. Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan

Schachtman, TR., Klakotskaia, D., Walker, JM., Hill, AJ. 2016. *Psychological Factors in Food Aversion, Nausea, and Vomiting During Pregnancy*. Journal of Food and Nutrition Research, Vol. 4, No. 10, 677-689

Simanjuntak, DH., Sudaryati, E. 2005. *Gizi pada Ibu Hamil dan Menyusui (78-82)*. Universitas Sumatera Utara

Sugiyono. 2006. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta

Surasih. 2005. *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Keadaan Kurang Energi Kronis pada Ibu Hamil di Kabupaten Banjarnegara (Skripsi)*. Unnes



Weigel,MM., Coe,K., Castro,NP., Caiza,ME., Tello,N., Reyes,M. 2011. *Food*

Aversions and Cravings: Association with Nausea and Vomiting. Ecology of

Food and Nutrition, 50:3, 197-214

Widy,US. 2014. Analisa Pola Makan Ibu Hamil dengan Kondisi Kurang Energi

Kronis (KEK) di Kecamatan Bobotsari, Kabupaten Purbalingga. Tugas Akhir

Universitas Negeri Yogyakarta



LAMPIRAN

Lampiran 1. Pernyataan Keaslian Tulisan

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Davita Ayudya Renna Nathania

NIM : 155070300111023

Program Studi : Program Studi Ilmu Gizi

Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Tugas Akhir yang saya tulis ini benar-benar hasil karya sendiri, bukan merupakan pengambil-alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya. Apabila di kemudian hari dapat dibuktikan bahwa Tugas akhir ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Malang, 12 Juni 2019

Yang membuat pernyataan,



(Davita Ayudya Renna Nathania)

NIM. 155070300111023



Lampiran 2. Lembar Persetujuan Menjadi Informan

Lampiran 2.1 Lembar Penjelasan Penelitian

Lembar Penjelasan Penelitian

Saya adalah mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya yang bernama Davita Ayudya Renna Nathania. Saat ini saya sedang mengerjakan tugas akhir (skripsi) untuk menggali lebih dalam perihal penolakan makan pada ibu hamil dan dampaknya pada kejadian Kurang Energi kronis (KEK) di wilayah kerja Puskesmas Kedungkandang, Kota Malang.

Penolakan makan adalah suatu perilaku makan yang menolak untuk mengonsumsi satu atau lebih suatu bahan makanan yang sebenarnya memberikan dampak yang baik terhadap tubuh, namun karena tidak dikonsumsi, dapat menimbulkan beberapa dampak negative bagi tubuh. Dari perilaku penolakan makan tersebut ikut berdampak pada penurunan asupan makan yang dapat berdampak pada rendahnya status gizi atau beresiko mengalami KEK.

Berdasarkan data hasil pengukuran LiLA di masing-masing posyandu dan Puskesmas Arjowinangun periode bulan November 2017- April 2018, nilai LiLA ibu <23,5, sehingga termasuk beresiko mengalami KEK. Oleh karena itu, kami minta kesediaan Ibu untuk ikut berpartisipasi sebagai informan dalam penelitian saya.

Proses pengambilan data dalam penelitian ini melalui prosedur wawancara dan diskusi kelompok dengan pertanyaan-pertanyaan secara mendalam yang berkaitan dengan perilaku penolakan makan ibu hamil dan dampaknya pada kejadian KEK. Pada metode pengambilan data ini, keterangan Ibu secara



mendalam dan menyeluruh menjadi tujuan penelitian kami. Oleh karena itu, partisipasi dan ketersediaan waktu Ibu sangat kami harapkan.

Pada proses wawancara dan diskusi kelompok ini Ibu diminta *review* (mengingat kembali) terhadap hal-hal yang diajukan dalam wawancara tersebut.

Review yang dilakukan ini memungkinkan Ibu untuk mengalami atau merasakan kembali perasaan-perasaan emosional. Hal ini dapat menimbulkan perasaan sedih atau perasaan-perasaan lain yang menimbulkan ketidaknyamanan bagi Ibu. Jika hal ini terjadi, peneliti akan berusaha menenangkan Ibu kembali. Tetapi, jika keadaan tidak memungkinkan peneliti melanjutkan wawancara dan diskusi kelompok, maka peneliti akan menghentikan penelitian dan menanyakan Ibu untuk melanjutkan wawancara dan diskusi kelompok di lain waktu.

Tetapi, perlu diketahui manfaat dari penelitian ini adalah dapat menjadi alternatif pemecahan masalah untuk menjembatani perilaku penolakan makan yang mungkin saja Ibu alami agar terhindar dari kejadian KEK.

Partisipasi Ibu dalam penelitian ini bersifat bebas. Ibu bebas untuk menolak ikut serta dalam penelitian ini, dan jika Ibu memutuskan untuk berpartisipasi dalam penelitian ini, Ibu bebas untuk mengundurkan diri dari penelitian ini setiap saat jika merasa mengalami ketidaknyamanan selama menjadi informan penelitian ini. Keseluruhan data penelitian ini dan identitas informan penelitian ini akan kami jamin kerahasiannya.

Ibu diberi kesempatan untuk menanyakan hal yang belum jelas dalam penelitian ini. Bila sewaktu-waktu Ibu membutuhkan keterangan lebih lanjut, anda dapat menghubungi saya Davita Ayudya Renna Nathania di 0812-3224-9875.

Atas perhatian dan waktu yang Ibu berikan, kami ucapkan terima kasih.

**Lampiran 2.2 Lembar Persetujuan Menjadi Informan Kunci****KAJIAN KUALITATIF PERSEPSI PENOLAKAN MAKAN SELAMA KEHAMILAN PADA IBU HAMIL KURANG ENERGI KRONIS (KEK)****Peneliti: Davita Ayudya Renna Nathania**Jurusan Ilmu Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Brawijaya, Jl. Veteran,
Malang, Jawa Timur**LEMBAR PERSETUJUAN**

Setelah mendengar dan membaca penjelasan mengenai tujuan dan manfaat dari penelitian diatas, maka yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : _____

Alamat : _____

Menyatakan bahwa saya secara sukarela **SETUJU / TIDAK SETUJU** untuk mengikuti penelitian yang berjudul : “Kajian Kualitatif Persepsi Penolakan Makan

Selama Kehamilan pada Ibu Hamil KEK “

Saya mengerti bahwa jika masih memerlukan penjelasan, Saya akan mendapatkan jawaban dari peneliti Davita Ayudya Renna Nathania.

Dengan menandatangani formulir ini, Saya setuju ikut dalam penelitian ini.

Malang, Januari 2018

Informan Penelitian

(Nama Lengkap)

Lampiran 2.3 Lembar Persetujuan Menjadi Informan Pendukung

KAJIAN KUALITATIF PERSEPSI PENOLAKAN MAKAN SELAMA KEHAMILAN PADA IBU HAMIL KURANG ENERGI KRONIS (KEK)

Peneliti: Davita Ayudya Renna Nathania

Jurusan Ilmu Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Brawijaya, Jl. Veteran,
Malang, Jawa Timur

LEMBAR PERSETUJUAN

Setelah mendengar dan membaca penjelasan mengenai tujuan dan manfaat dari penelitian diatas, maka yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama :

Alamat :

Menyatakan bahwa Saya secara sukarela **SETUJU / TIDAK SETUJU** untuk mengikuti penelitian yang berjudul: “Kajian Kualitatif Persepsi Penolakan Makan Selama Kehamilan pada Ibu Hamil KEK”

Saya mengerti bahwa jika masih memerlukan penjelasan, Saya akan mendapatkan jawaban dari peneliti Davita Ayudya Renna Nathania.

Dengan menandatangani formulir ini, Saya setuju ikut dalam penelitian ini.

Malang, Januari 2019

Informan Penelitian

.....
(Nama Lengkap)





Lampiran 3. Form Identitas dan Demografi

IDENTITAS IBU HAMIL						
1	Nama					
2	Usia					
3	Usia Kehamilan					
4	Kehamilan Ke-					
5	LiLA					
6	Jumlah Anggota Keluarga (yang tinggal bersama)					
DEMOGRAFI						
No	Anggota Keluarga	Nama	Usia	Pekerjaan	Penghasilan	Pengeluaran
1						
2						
3						
4						
5						
6						

Lampiran 4. Guideline Pertanyaan

4.1 Pertanyaan *In-dept interview* informan utama

Guideline Pertanyaan

Pembukaan	Salam	Salam (Selamat pagi/siang/sore)
	Perkenalan diri	Perkenalkan nama saya Davita Ayudya Rennanathania, saya berasal dari Program Studi Ilmu Gizi Universitas Brawijaya
	Ucapan terima kasih	Sebelumnya terima kasih Ibu telah bersedia bertemu pada hari ini dan bersedia untuk menjadi informan kami
	Penyampaian tujuan	Maksud dari tujuan kami adalah melakukan wawancara terkait faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku penolakan makan dan dampaknya terhadap kebiasaan makan dan kejadian KEK pada ibu hamil.
	Menjamin kerahasiaan data	Setiap informasi yang anda berikan akan kami simpan untuk penelitian kamisendiri dan akan dijamin kerahasiaannya
	Durasi wawancara	Proses wawancara ini akan memerlukan waktu sekitar 30-60 menit. Apakah ibu bersedia?
	Proses wawancara	Sebelumnya, selama proses wawancara berlangsung saya akan menggunakan perekam, apakah ibu bersedia? Hal ini dikarenakan saya tidak dapat mencatat semua informasi yang ibu berikan dan juga tidak ingin melewatkan informasi yang ibu berikan. Ibu tidak perlu mengungkapkan informasi yang tidak ingin disampaikan dan dapat menghentikan wawancara ini kapan saja jika diperlukan sesekali.
	Kesempatan bertanya	Jika ditengah wawancara ibu memiliki pertanyaan, maka kita akan bersama-sama mendiskusikannya setelah wawancara selesai

	Konfirmasi	Apakah ada yang belum jelas dan ingin ibu tanyakan ?
	Ketersediaan mengisi <i>Informed Consent</i>	Apakah ibu bersedia untuk berpartisipasi dalam wawancara ini?
Wawancara	Identitas	Pengisian form identitas dan demografi ibu hamil
		<p>Tema : Persiapan makanan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Siapakah yang setiap hari menyiapkan makanan dirumah? (Apakah selalu pasti orang tersebut?, jika tidak siapa lagi?) 2. Bagaimana proses pengolahan makanan yang biasa 3. dilakukan? (Apakah selalu seperti itu pengolahannya atau kadang-kadang berbeda?, Proses pengolahan apa yang paling sering?, Dan mengapa proses pengolahan tersebut yang paling sering dilakukan?) 4. Siapa saja anggota keluarga yang ikut makan? (Apakah setiap hari selalu ikut makan? Apakah Ibu selalu makan bersama atau tidak?)
		<p>Tema: KEK</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Apakah Ibu pernah mendapatkan informasi mengenai apa itu KEK? <ol style="list-style-type: none"> a. Jika pernah, darimana Ibu mendapatkan informasi tersebut? b. Dapatkah Ibu menceritakan bagaimana informasi yang Ibu dapatkan mengenai KEK? c. Jika belum pernah, menurut Ibu apa yang dimaksud dengan KEK? 2. Menurut Ibu, faktor apa saja yang dapat mempengaruhi kejadian KEK selama



		<p>kehamilan?</p> <ol style="list-style-type: none"> Menurut Ibu, apa dampak dari KEK terhadap kesehatan Ibu dan bayi? Menurut Ibu apakah kondisi KEK dapat dipengaruhi oleh makanan yang Ibu konsumsi selama kehamilan? Menurut Ibu apakah kondisi KEK dapat mempengaruhi asupan makan Ibu dan pemilihan makan Ibu selama kehamilan?
		<p>Tema: Pengetahuan dan informasi</p> <ol style="list-style-type: none"> Apakah ibu pernah mendapatkan informasi tentang makanan yang bergizi untuk ibu hamil? (Jika iya, dari manakah informasi tersebut?, Bisa Ibu sebutkan apa saja makanan tersebut?, Apakah ibu sudah menerapkan informasi tentang makanan tersebut?)
		<p>Tema: Kebiasaan Makan</p> <ol style="list-style-type: none"> Bagaimana kebiasaan makan ibu sebelum hamil? (Berapa kali makan dalam sehari?, Bagaimanakah komposisi dari makanan tersebut (sumber protein, sumber karbohidrat, lemak, adakah buah dan sayur)?, Apakah setiap makan selalu seperti itu atau ada perbedaan?) Bagaimana kebiasaan makan ibu setelah hamil? (Berapa kali makan dalam sehari?, Bagaimanakah komposisi dari makanan tersebut (sumber protein, sumber karbohidrat, lemak, adakah buah dan sayur)?, Apakah setiap makan selalu seperti itu atau ada perbedaan?) Menurut ibu adakah perbedaan makan sebelum dan setelah hamil? (Jika ada beda, apa saja perbedaannya?, Apakah



		<p>perbedaan tersebut mempengaruhi kondisi tubuh ibu?)</p>
		<p>Tema : Penolakan makan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Apakah selama hamil Ibu pernah menghindari suatu bahan makanan atau makanan tertentu? (Jika iya, makanan apa saja yang dihindari?, Apakah Ibu benar-benar tidak mengonsumsi makanan tersebut sama sekali atau pernah makan walau jumlahnya sedikit?) 2. Selain menghindari bahan makanan tertentu, adakah pengolahan makanan yang Ibu hindari? (jika ada pengolahan makanan yang seperti apa?, dan contoh bahan makanan apa yang dihindari dengan pengolahan tersebut?)
		<p>Tema : Faktor fisiologis</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Apakah ibu merasa ada perubahan yang terjadi pada tubuh ibu setelah hamil? (Jika ada seperti apa?, Apakah perubahan tersebut bersifat positif atau negative?, Apakah perubahan tersebut mempengaruhi kegiatan sehari-hari?) 2. Apakah ibu selama hamil pernah mengalami rasa mual? (Jika mengalami mual, seberapa seringkah hal tersebut?, Apakah hal tersebut mengganggu aktivitas ibu?, Apakah ada perubahan kebiasaan makan jika rasa mual muncul?, Apakah rasa mual tersebut mempengaruhi preferensi makanan yang Ibu pilih?) 3. Apakah ibu selama hamil pernah mengalami muntah? (Jika mengalami muntah, seberapa seringkah hal tersebut?, Apakah hal tersebut



		<p>mengganggu aktivitas ibu?, Apakah ada perubahan kebiasaan makan jika mengalami muntah?, Apakah muntah tersebut mempengaruhi preferensi makanan yang Ibu pilih?)</p> <p>4. Apakah selama kehamilan ada perubahan nafsu makan yang Ibu alami? (Apakah nafsu makan Ibu bertambah atau berkurang?, Menurut Ibu, mengapa hal tersebut terjadi?)</p> <p>5. Apakah dengan adanya perubahan-perubahan selama kehamilan tersebut, adakah perubahan dalam hal kebiasaan makan yang terjadi? (Jika ya, seperti apa?, Apakah hal tersebut mempengaruhi kondisi tubuh ibu seperti penambahan BB yang tidak sesuai, porsi makan yang berkurang, atau jenis makanan yang kurang beragam?)</p>
		<p>Tema : Faktor psikologis</p> <p>1. Menurut ibu, apakah janin di dalam kandungan dapat merasakan makanan yang ibu makan? (Jika iya, mengapa hal tersebut dapat terjadi?, dan apakah jika janin tidak suka suatu makanan yang dimakan ibu maka akan timbul tanda-tanda sehingga ibu tidak mengonsumsi makanan tersebut?)</p> <p>2. Apakah Ibu pernah mengalami rasa ketidaknyamanan dalam tubuh saat mengonsumsi suatu jenis bahan makanan? (Jika ya, seperti apa contohnya?, Menurut ibu mengapa hal tersebut terjadi?)</p> <p>3. Apakah ibu pernah memotivasi diri</p>



		<p>sendiri untuk makan makanan bergizi sehingga janin tumbuh sehat walaupun sedang tidak nafsu makan dan malas makan? (Jika ya, seperti apa motivasi tersut, Apakah motivasi tersebut berhasil?)</p>
		<p>Tema: Pengaruh keluarga dan lingkungan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Apakah anggota keluarga dan orang sekitar pernah menyarankan atau tidak memperbolehkan suatu bahan makanan untuk Ibu konsumsi? (Jika ya, adakah penjelasan mengapa makanan tersebut tidak diperbolehkan atau malah dianjurkan?, Apakah Ibu mengikuti saran tersebut, dan mengapa mengikuti saran tersebut?) 2. Jika Ibu sedang tidak nafsu makan dan tidak suka dengan salah satu bahan makanan, apakah yang dilakukan keluarga? (Apakah mengganti makanan dengan yang Ibu inginkan atau membiarkan Ibu tidak makan, atau seperti apa?) 3. Apakah keluarga dan lingkungan pernah memotivasi Ibu untuk makan makanan bergizi agar janin tumbuh sehat? (Jika ya, seperti apa motivasi yang diberikan?, Apakah Ibu merasa termotivasi setelah mendengar hal tersebut?)
<p>Penutup</p>	<p>Pertanyaan</p>	<p>Proses wawancara sudah selesai, Apakah ada hal yang ingin Ibu tanyakan kembali?</p>
	<p>Tahapan selanjutnya</p>	<p>Selanjutnya, kami akan menganalisis informasi yang telah Ibu berikan dan hasilnya akan kami berikan kepada Ibu. Untuk waktunya akan kami informasikan selanjutnya melalui telepon.</p>



Ucapan terimakasih	Kami mengucapkan terimakasih atas kesediaan dan waktu yang telah diberikan kepada kami.
Salam	Salam (Selamat pagi/siang/sore)

4.2 Pertanyaan In-dept interview informan pendukung

Pertanyaan	Probing
<p>Kebiasaan Makan</p> <p>1. Bagaimanakah kebiasaan makan istri/menantu/ibu hamil tersebut saat sebelum hamil?</p>	<p>a. Berapa kali makan dalam sehari?</p> <p>b. Bagaimanakan komposisi dari makanan (sumber protein, sumber karbohidrat, lemak, adakah buah dan sayur)?</p> <p>c. Apakah saat makan selalu seperti itu (jumlah dan jenis)?</p>
<p>2. Bagaimanakah kebiasaan makan istri/menantu/ibu hamil tersebut saat hamil?</p>	<p>a. Berapa kali makan dalam sehari?</p> <p>b. Bagaimanakan komposisi dari makanan (sumber protein, sumber</p>



			<p>karbohidrat, lemak, adakah buah dan sayur? c. Apakah saat makan selalu seperti itu (jumlah dan jenis)?</p>
	<p>Gangguan Selama Kehamilan 1. Apakah selama hamil anda mengalami rasa mual?</p>		<p>a. Jika mengalami, seberapa sering hal tersebut terjadi? b. Apakah hal tersebut mengganggu anda beraktivitas? c. Apakah ada perubahan makan jika rasa mual timbul?</p>
	<p>d. Apakah selama kehamilan istri/ menantu/ ibu hamil mengalami muntah?</p>		<p>a. Jika mengalami, seberapa sering hal tersebut terjadi? b. Apakah hal tersebut mempengaruhi kebiasaan makan atau adakah perubahan makan</p>



		<p>jika rasa mual timbul?</p>
	<p>Penolakan Makan</p> <p>1. Apakah selama hamil istri/menantu/ibu hamil menghindari satu bahan makanan tertentu?</p>	<p>a. Jika iya, bahan makanan apakah itu?</p> <p>b. Selain bahan makanan tersebut apakah ada lagi?</p> <p>c. Apakah istri/menantu/ibu hamil benar-benar tidak mengonsumsi makanan tersebut atau pernah makan walau jumlahnya sedikit?</p>
	<p>d. Mengapa istri/menantu/ibu hamil menghindari bahan makanan tersebut, adakah alasan tertentu?</p>	<p>Apa ada alasan spesifik mengapa istri/menantu/ibu hamil menghindari bahan makanan tersebut?</p>



Lampiran 5. Catatan Lapangan

CATATAN LAPANG

Nama informan :

Tanggal wawancara :

Lokasi :

Catatan :

Empty rectangular box for field notes.

LAMPIRAN 6. KETERANGAN KELAIKAN ETIK



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI, DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS BRAWIJAYA
FAKULTAS KEDOKTERAN
KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN

Jalan Veteran Malang - 65145, Jawa Timur - Indonesia
Telp. (62) (0341) 551611 Ext. 168; 569117; 567192 - Fax. (62) (0341) 564755
http://www.ik.ub.ac.id e-mail : kep.ik@ub.ac.id

KETERANGAN KELAIKAN ETIK
("ETHICAL CLEARANCE")

No. 06 / EC / KEPK – S1 – GZ / 01 / 2019

KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS BRAWIJAYA,
SETELAH MEMPELAJARI DENGAN SEKSAMA RANCANGAN PENELITIAN YANG DIUSULKAN,
DENGAN INI MENYATAKAN BAHWA PENELITIAN DENGAN

- JUDUL** : Persepsi Perilaku Makan Selama Kehamilan dan Dampaknya terhadap Kebiasaan Makan pada Ibu Hamil dengan Kurang Energi Kronis.
- PENELITI** : Davita Ayudya Renna Nathania
Ratna Wulandari
- UNIT / LEMBAGA** : S1 Ilmu Gizi – Fakultas Kedokteran – Universitas Brawijaya Malang.
- TEMPAT PENELITIAN** : Puskesmas Arjowinangun.

DINYATAKAN LAIK ETIK.



Prof. Dr. Moch. Istiadid ES, SpS, SpBS(K), SH, M.Hum, Dr(Hk)
NIPK. 20180246051611001

Catatan :

Keterangan Laik Etik Ini Berlaku 1 (Satu) Tahun Sejak Tanggal Dikeluarkan
Pada Akhir Penelitian, Laporan Pelaksanaan Penelitian Harus Diserahkan Kepada KEPK-FKUB Dalam Bentuk Soft Copy.
Jika Ada Perubahan Protokol Dan / Atau Perpanjangan Penelitian, Harus Mengajukan Kembali Permohonan Kajian Etik Penelitian (Amandemen Protokol).

**Lampiran 7. Transkrip Informan****Lampiran 7.1 Transkrip Informan 1****Kode Informan : I1 NH****Tanggal : 15 Januari 2019****TRANSKRIP**

IR : kalau tadi yang menyiapkan makanan dirumah siapa bu?

IN : saya sendiri

(berbicara dengan anaknya)

IR : tiap hari masak sendiri bu?

IN : iya

IR : terus bu, kalau masak pengolahan yang paling sering dilakukan itu diapakan?

IN : paling sering ditumis, di sayur bening,

IR : kalau yang ditumis-tumis gitu contohnya apa bu?

IN : contohnya kayak kangkung, sawi, kacang panjang, pokoke sayur sayuran sukae ditumis (hehehe)

IR : kalau selain pengolahan ditumis. Disayur apalagi yang sering bu?

IN : yang sering lagi dibuat sambel

IR : disambel, dibumbui gitu bu?

IN : engga, cuma selada habis dipetikin terus dicuci terus diapa itu... direbus biasa

IR : berarti sayurnya paling sering dimasak gitu ya bu, ditumis direbus

IN : heem ditumis direbus

IR : kenapa bu kok sukanya ditumis dan direbus?



IN: ya suka aja hehehe

IR : sukanya gitu ya bu hehehe

IN : iya

IR : Berarti ibu masak untuk 4 orang ? Ibunya, anaknya 2 sama bapaknya?

IN : iya

IR : biasanya ibu makan sama-sama ngga?

IN : ya kalau anak habis pulang sekolah itu pasti saya ajak hehehe

IR : ajak makan bareng ya bu?

IN : iya

IR : terus kalau anggota keluarga yang lain pasti makan dirumah atau ada yang makan diluar?

IN : kalau kayak suami, kalau siang kan dikasi dari pekerjaannya, makannya, jadi dirumah Cuma 1 kali makannya

IR : hmmm, suami makan diluar ya bu berarti?

IN : iya, itu udah ditanggung sama juragan, dikasi makan ditempat kerja

IR : terus ibu pernah dapat informasi tentang gizi atau makanan gitu bu?

IN : iya pernah

IR : dari mana bu?

IN : yang sering dari puskesmas

IR : itu kayak gimana bu, apaa informasinya?

IN : ya itu, kalau misalnya saya tensi darah, darah saya rendah jadi dibilangin gitu

IR : terus kan tadi berarti dibilangin makanan untuk meningkatkan tensi, contohnya makanannya kayak gimana bu?

IN: contohnya kayak kemarin tensi saya rendah, itu suruh makan yang banyak..

Misal kayak sayur kayak apa itu yang naikkan darah itu



IR : lanjut bu ya, tadi makanan buat meningkatkan tensi itu sayur, terus apa lagi bu?

IN : ya disuruh lauk-lauk itu

IR : iya itu kan untuk meningkatkan tensi, kalau misal makana bergizi untuk ibu hamil gitu bu?

IN : ya itu kemarin yang disarankan ati ayam itu sih yang sering

IR : hmmm, terus ibunya sudah menerapkan ngga bu?

IN : heem langsung saya terapkan

IR : mungkin kenapa bu itu kok langsung diterapkan bu, biar apa gitu?

IN : ya kan pas waktu itu saya sering pusing, jadinya biar apa, biar semangat lagi coba sih saya terapkan

IR : ooh..!

IN : aku pas meskipun anak yang ke tiga ini sama anak kedua duanya ngga pernah mual-mual itu ngga pernah

IR : ooh ngga pernah mual-mual ya bu,,

IN : iya ngga pernah, cuma pusing gitu

IR : pusing pusing gitu aja ya bu?

IN : hee

IR : terus, kalau misal habis makan ati ayam tadi , pusingnya ilang ngga bu?

IN : ya agak ada hasilnya

IR : oh ada hasilnya ya bu

IN : hee

IR : ibu kalau makan sehari berapa kali?

IN : 2,3

IR : terus ada ngga bu perbedaan makan sebelu dan setelah hamil?

IN : enak pas waktu hamil



IR : enak pas waktu hamil gitu maksudnya gimana bu?

IN : kalau pas hamil itu kayak makan apa aja enak

IR : ooh, kalau biasanya kebanyakan ibu hamil malah kebalikan ya bu, ada yang waktu hamil malah ngga suka makan, malah kebalikan ya bu

IN : iya, malahan itu aku paling suka ubi itu, bahkan kemarin itu layo yah aku olehno telo goreng, gitu itu, itu suka heheh

IR : malah suka gitu ya bu

IN : alhamdulillah

IR : jadinya waktu hamil itu makannya lebih banyak atau lebih sedikit bu?

IN : kalau porsinya ngga bisa mbak, sulit. Nambah gitu ngga bisa. Cuma biasanya ngga suka nyemil malah suka nyemil

IR : kalau nyemil satu hari kira-kira berapa kali bu?

IN : ngga pasti, kadang kepinginnya apa gitu hehehe

IR : kalau cemilan yang paling sering gitu bu apa bu?

IN : paling sering itu ketela, jemblem suka, dulu sebelum hamil ngga begitu suka

IR : sekarang malah suka gitu bu?

IN : iya

IR : kalau dari kehamilan sebelumnya kayak gini juga atau ngga bu?

IN : ya alhamdulillah

IR : kayak gini juga ya bu?

IN : iya

IR : hamalnya sehat sehat berarti ya bu

IN : iya, malah yang pertama itu saya ngga sempet ke bidan

IR : ohh, kenapa bu?

IN : terasanya kan udah jam 3 malam, jam 3 malam itu aku tidur, kok perutku sakit gitu, kok terus terus sakit, adzan subuh itu belum sampai berangkat ke



bidan udah keluar

IR : ooh, lahir dirumah ya bu?

IN : iya, 2 kali alhamdulillah ngga jahitan ngga apa-apa, normal, kalau yang kedua itu jam segini ini, pulang kerja perutku kok sakit ya, mau melahirkana ?
(menunjuk ke suami) Ngga tau,

yowis pak perikso ae soale kan, kalau kata dokter memang waktunya, diperiksa, udah disetop kaIR bukaan ke delapan, jadi habis maghrib udah keluar

IR : jadi ibu selama hamil ngga pernah menghindari makanan apa gitu bu?

IN : ngga

IR : ngga pernah sama sekali ya bu?

IN : ngga pernah, udah yakin sama dirinya sendiri

IR : ohh gitu udah pengalaman ya bu

IN : iya, udah bismillah aja mbak

IR : terus kalau misal pengolahan makanan yang dihindari gitu bu, misal ngga mau makan gorengan, atau ngga mau makan yang dikukus kukus gitu ngga ya bu?

IN : ngga, ngga ada

IR : jadi ada perubahan-perubahan ngga bu, ditubuh ibu kayak tadi misalnya mual muntah gitu?

IN : ngga, ngga ada mbak

IR : sama sekali ngga pernah ya bu?

IN : ngga, Cuma sering pusing

IR : sering pusing ?

IN : iya sering pusing sama lemes gitu nyampe 4 bulanan

IR : sampai sekarang?

IN : ngga, kalau sekarang engga ada keluhan

IR : kalau pusing sama lemes gitu bu, mempengaruhi kegiatan sehari hari ngga bu?

IN : iya, jadinya. Tapi alhamdulillah semuanya ngga ikut... misalnya kayak masak ngga dipaksa apa gitu, kayak cucian udah ngga tak cuci hehehe

IR : terus bukalah tadi pusing, lemes gitu mempengaruhi ngga bu misal kalau pusing, lemes ngga mau makan apa gitu?

IN : ngga, Cuma kan khawatir jatuh paling apa, ngga ngapa ngapain, kalau masalah makanan tetep enak ae

IR : kalau perubahan nafsu makan gitu bu, ada ngga bu selama hamil?

IN : engga, lebih enak waktu hamil malahan, kalau maeme tetep Cuma cemilannya sukaan pas hamil.

IR : menurut ibu, kenapa nafsu makannya tambah bertambah bu?

IN : ngga tau, kayaknya enak aja gitu

IR : terus kalau penambahan nafsu makan gitu bu, berpengaruh ngga bu sama makannya bertambah terus suka makan yang macem-macem gitu

IN : Cuma kemaren itu suami sempet bingung sukae kok umbi-umbian gitu, suka

IR : itu Cuma dikehamilan ini atau sama kakak kakaknya dulu juga?

IN : kalau yang kedua itu malah suka pisang, tiap hari harus ada pisang, kalau ngga ada pisang suruh nyari

IR : oo, jadi beda-beda ya ibu?

IN : iya

IR : terus kalau menurut ibu, bayi yang didalam kandunga itu bisa ngerasain makanan yang dimakan ibu ngga?

IN : ngga paham kalau itu ya

IR : terus kalau dilingkunga sekitar kayak keluarga gitu bu, pernah ngga bu



kayak menyarankan makan ini biar anaknya sehat , ngga boleh makan ini biar anaknya ngga gimana gitu?

IN: ngga, ya Cuma pas waktu pusing itu, dilihat darah e paling rendah, iya terus diambilkan susu segar itu, kan kalau pagi ada yang jual

IR : kalau dari suami mungkin bu menyarankan makan apa gitu

IN : ngga, pokoknya makan apa misal dilihat istrinya ngga ada keluhan ya udah dikasi aja, Cuma sempet ribet itu, yah aku pengen telo, jadinya dicarikan telo goreng gitu, suka pingin nyemil

IR : terus bu kalau dilingkunga sekitar pernah ngga bu kayak apa ya, memotivasi gitu biar janin nya sehat, makan apa gitu?

IN : ngga, saya memang ngga merhatikan, biasanya kan ada orang yang ojo ngunu, ojo maem iku, aku ngga begitu merhatikan itu



Lampiran 7.2 Transkrip Informan 2

Kode Informan : I2 S

Tanggal : 17 Januari 2019

TRANSKRIP

IR: disini siapa bu yang menyiapkan makanan setiap hari?
IN: saya sama ibu, biasane ibu biasane saya
IR: ibu mertua sama ibu sendiri?
IN: iya
IR: Setiap hari selalu gantian gitu ya bu?
IN: iya
IR: kalau makanan beli gitu bu pernah?
IN: pernah
IR : sering ngga bu?
IN: ngga, jarang mbak
IR : jarang ya bu, kalau masak sendiri yang paling sering apa bu?
IN: itu mbak sayur bening
IR : di sayur bening ya bu, selain itu apa lagi bu?
IN : santan
IR : makanannya disantan, ada lagi ngga bu maknana yang diolah apa gitu yang paling sering?
IN: jarang itu, dikecap itu jarang, eseng-eseng juga jarang
IR: tumis tumis gitu jarang ya bu
IN : pokok seringe di sayur gitu
IR : kalau kayak digoreng gitu sering ngga bu?





IN : iya, nek lauk digoreng yo mesti tiap hari mbak

IR : tiap hari digoreng ya bu, itu kenapa milihnya kok kalau sayur paling sering dibikin sayur kayak gitu?

IN: iya milihnya yang ada kuahnya mbak, kan ngga ribet, cepet

IR : kalau santen kenapa bu milihnya disanten?

IN : Ya pas kepingin nek santen

IR : pas kepingin aja ya bu?

IN : iya

IR : kalau dirumah semua ikut makan masakan itu bu?

IN : iya, ikut semua, yang ada ya dimakan

IR: ada ngga bu anggota keluarga yang misal makan siang diluar gitu?

IN: nek disini biasane mek makan pagi sama malem bareng e, siang kerja. Adek yo pulang e sore jam 3, sekolah. Makane yo jam 10 pagi sama jam 6 an.

IR : jadi biasanya makan bareng dirumah pagi sama malem?

IN : makan malem aja, paginya ngga mbak, pagi siang kerja, Cuma malem aja, yang kecil juga sekolah makan duluan

IR : kalau siang yang makan ibu aja atau ada yang lain?

IN : ngga makan siang, makanku ya jam 10 itu aja mbak sama malem. Nek siang yo suami nek kerjane masuk siang

IR : terus ibu pernah dapet informasi tentang makanan bergizi buat ibu hamil ngga bu ?

IN : pernah

IR : pernah dari mana aja bu?

IN : dari posyandu sama kelas bumil, tiap bulan posyandu kan dapat asupan makanan kayak balita gitu, kadang bihun, kadang kolak

IR : itu dapet dari posyandu atau kelas bumil bu?



IN : dua duanya dapet

IR : terus kalau informasinya kayak gimana bu, tentang makanan bergizi?

IN : yo anu, diterangne nek umur berapa, kebutuhan e kudu berapa

IR : oh, ibu hamil umur 3 bulan berapa gitu ya bu kebutuhannya?

IN : hee

IR : terus apa lagi bu informasinya?

IN : akeh, lali tapi. Masak e yo pokok masak mbak tiap hari

IR : terus disini informasi yang sudah didapat diterapkan ngga bu?

IN :iya diterapkan, masio ngga semua

IR : yang sudah diterapkan contohnya apa aja bu?

IN : ya itu masak sayur sama ngoreng tempe

IR : terus bu, kebiasaan makan sebelum hamil itu kayak gimana bu?

IN : hampir sama mbak

IR : makannya berapa kali?

IN : makannya 2 kali

IR : Makannya makan utama 2 kali ya bu, kalau kayak nyemil-nyemil gitu bu?

IN: nyemil ya paling jajan jajan kering kayak gini (menunjuk toples), buah, biasanya yang beli gorengan

IR: kalau kue kue, nyemil gitu bu berapa kali sehari?

IN : sak anu ne, merasa laper gitu lho mbak, paling siang nyemile, sakjane pagi-pagi nyemile, bangun pagi gitu. Yo pokoke kadang pagi jam 6, pas nyantai

IR : pagi sama siang ya bu?

IN : iya, kalau malem jarang mbak

IR : terus kalau tiap hari harus ada cemilan gitu ngga bu?

IN : yo pasti ada tiap hari

IR : terus kalau makanan sumber karbohidrat yang paling sering apa bu?



IN : Karbohidrat ? Kayak nasi gitu

IR : selain nasi apa lagi bu?

IN : roti-roti gitu tapi jarang

IR : ooh, tersu apa lagi bu?

IN : ya itu kue-kue kering gitu, tapi jarang kok

IR : kalau sumber protein gitu bu?

IN : protein iku golongan e opo mbak

IR : kayak daging, ayam, tempe

IN : ya itu paling tongkol, pindang, ikan lau sama ayam, nek telur jarang

IR : makan pindang, tongkol, ayam ini suka atau gimana bu?

IN : iya suka e itu mbak

IR : kalau telur ini jarang makannya kenapa bu?

IN : ya ngga kepingin mbak, yang sering ya mek tahu tempe

IR : sering ya bu?

IN : iya sering 2 hari sekali mesti

IR : terus kalau buah sayur gitu bu, sering?

IN : Jarang nek buah

IR : buah jarang, berapa kali seminggu gitu bu?

IN : ya nek pas beli seminggu sekali dua kali gitu

IR : buah apa bu biasanya?

IN : itupisang, kemarin iki pisang, dibawain ibu, nek beli biasanya nangka

IR : ibu merasa ada perbedaan makan sebelum dan sesudah hamil ngga bu?

IN : ngga sama aja

IR : nafsu makan nya mungkin bu berkurang tau gimana?

IN : ngga, sama aja

IR : terus waktu hamil pernah ngga bu, kayak ngga mau makan apa gitu?



IN : ngga pernah mbak, biasa gitu

IR : ngga pernah ya bu?

IN : kadang kan ada orang hamil yang bau kuah bakso mual-mual tapi saya ngga i mbak

IR : Terus dulu waktu awal hamil atau sampai sekarang sering mual atau muntah ngga bu?

IN : ngga pernah, waktu hamil awal juga ngga pernah. Biasa kok mbak. La ngga tau biasane lak nek mual sampe mbalek-mbalek maem e, saya ngga i mbak

IR : ngga mual muntah sama sekali ya bu?

IN : ngga, paling dulu pertama kali mek weteng loro ngga ngerti opo'o, tapi mek sak wulan, e rong wulan, terus udah. Nek pusing mual ngga

IR : kalau pusing ngga, kalau lemes gitu bu?

IN : nek lemes iya mbak pas awal-awal

IR : terus kalau misalnya lemes gitu bu, itu tetep aktivitas atau tidur aja bu?

IN : ya masih kayak biasane mbak, ngga sampai males ngunu ngga

IR : terus kalau tadi nafsu makannya tetep ya bu?

IN : iya

IR : terus ini ibu berat badannya nambah ngga selama hamil?

IN : namabah mbak pertama iko 45, nambah sekarang 54

IR : terus menurut ibu bayi di dalam perut itu bisa ngerasain makanan yang ibu maem ngga bu?

IN : ngga,,, ngga ngerti mbak

IR : ngga ngerti ya bu?

IN : iya ngga tau

IR : terus ibu pernah ngga makan apa gitu terus badannya jadi ngga enak gitu?

IN : ngga pernah mbak, makan biasa gitu, apa aja mau kok, kepedesen itu satu



kali kemarin tok terus diare

IR : tadi kepedesan terus diare ya bu?

IN : iya tapi Cuma sehari dan satu kali tok

IR : terus badannya gimana bu rasanya

IN : anu mbak, perut e

IR : perutnya kenapa bu?

IN : sakit rasae, ngga bisa tidur

IR : terus ibu pernah ngga bu, berusaha makan makanan yang banyak buat adiknya?

IN : ya tak usahane nek makan banyak paling yo mek nasi sama sayur e tok yang banyak.

IR : terus kalau dirumah gitu ya bu, ada ngga yang nyuruh makan apa gitu yang baik buat ibu hamil?

IN : ya ada, ya ibu itu. Ibu mertua

IR : kayak gimana itu bu makanan yang dianjurkan gitu?

IN : yaitu sayur, banyak minum air putih, sama kacang ijo itu

IR : kenapa bu kok disuruh makan banyak sayur ?

IN : ya baik untuk bayi, untuk kesehatan se mbak

IR : kalau disuruh banyak minum bu kenapa?

IN : ya biar seger gitu ibunya, kan aku minumnya sedikit mbak

IR : ooh ibunya kurang minum air?

IN : iya, Cuma sedikit

IR : iya kalau air kacang ijo tadi kenapa bu?

IN : ya itu biar bersih bayinya, biar putih

IR : terus yang tadi disuruh makan banyak sayur, banyak minum sudah dilakukan ngga bu?

**Lampiran 7.3 Transkrip Informan 3****Kode Informan : I3 F****Tanggal : 17 Januari 2019****TRANSKRIP**

IR : ini ibu hamil keberapa?

IN : kedua

IR : terus kalau tiap hari yang masak gitu siapa bu?

IN : saya sendiri

IR : tiap hari ibu sendiri ya?

IN : iya

IR : kalau beli gitu pernah ngga bu?

IN : pernah, sering

IR : kalau beli gitu bu misalnya apa?

IN : soto gitu gitu

IR : kalau beli itu kira-kira satu minggu berapa kali bu?

IN : ngga mesti, kadang satu minggu masak , kadang 2 kali 3 kali beli.

Tergantung moodnya, hehe, ini tadi ngga masak.

IR : kalau masak gitu bu, makanan yang paling sering diolah itu kayak gimana bu?

IN : itu sayur bening sama ikan goreng gitu, ditumis

IR : kenapa bu kok suka disayur bening gitu?

IN : ya ngga suka santen saya

IR : terus kalau ditumis gitu bu kenapa sukanya ditumis?

IN : lebih seger aja, ngga banyak berlemak

IR : kalau digoreng bu, kenapa milihnya digoreng?

IN : aku masak pilih yang praktis aja hehe, ngga mau yang ribet

IR : tersu kalau dirumah yang ikut makan siapa aja bu?

IN : semua , suami , saya sama anak

IR : Terus tiap hari ikut makan bareng gitu bu?

IN : makan bareng nya itu sore kalau ngga siang

IR : kenapa bu makan barengnya pas sore atau siang?

IN : kan suami pulang e pagi, berangkat malem, kalau pagi ya berdua sama anak makannya

IR : ibu pernah dapat informasi tentang makananan bergizi untuk ibu hamil ngga bu?

IN : belum pernah

IR : ooh belum pernah ya bu?

IN : ya

IR : ini kalau periksa hamil gimana bu?

IN : ya Cuma diIR keluhannya apa

IR : kalau periksa dimana bu?

IN : di puskesmas

IR : jadi kayak konsultasi itu belum pernah ya bu?

IN : belum mbak

IR : Kebiasaan makan sebelum hamil gimana bu?

IN : sebelum hamil itu makanannya 2-3 kali

IR : kalau makanan yang sering dimakan sebelum hamil bu

IN : sebelum hamil ya? Ya sama saja se ya, ngga ada perubahan sama saja

IR : setelah hamil makananya juga 2-3 kali?

IN : engga, 4-5 kali malahan makannya



IR : oo, malah nambah ya bu? Kenapa ya bu?

IN : iya jadi sering laper saya

IR : menurut ibu kenapa ibu jadi sering laper ?

IN : iya ngga tau, bawaannya

IR : bawaan bayi ya bu?

IN : iya

IR : terus kalau komposisi makanan sebelum dan sesudah hamil apakah sama bu? Lauknya sama nasinya sama gitu bu?

IN : iya sama

IR : kalau buah sayur gitu sering ngga bu?

IN : iya sering, tiap hari pasti ada

IR : buah sayur gitu pasti ada ya bu?

IN : kalau sayur jarang hehe

IR : kalau buah yang sering apa bu?

IN : pisang, melon, salak

IR : kenapa bu kok milihnya buah pisang, melon, salak?

IN : ya yang dibelikan itu hehehe

IR : jadi ngga ada perbedaan makan ya bu?

IN : iya ngga ada

IR : tersu ibu sekarang hamil berapa bulan?

IN : 3 bulan

IR : awal-awal hamil pernah ngga bu ngerasa mual muntah gitu?

IN : iya, satu bulan, cium bau apa mual gitu, tapi sekarang udah ngga

IR : contohnya bau apa bu?

IN : bau masakan

IR : kayak gimana bu contoh masakannya?



IN : wes pokok e bau apa ae wes mual Tapi sekarang udah ngga
IR : kalau muntah bu, pernah?
IN : ngga, ngga pernah Cuma mual aja
IR : kalau ibu mual gitu mempengaruhi makannya ngga, mungkin makanannya jadi ngga nafsu gitu?
IN : iya, pokok kalau telat makan malah ngga enak makan. Pokok mulai pagi wes telat makan, seharian wes ngga enak makan
IR : terus waktu hamil ini sering lemes gitu ngga bu?
IN: seringnya aras arasen mbak
IR : kalau aras-arasen gitu, aras-arasen ngapain aja bu?
IN: ya pengennya Cuma berbaring, Cuma tidur gitu aja
IR: itu sering ngga bu? Atau sampai sekarang masih?
IN : iya samapai sekarang masih mbak hehe
IR : kalau seharian males gitu berarti Cuma tidur aja ya bu?
IN : iya mbak, yang ngerjain pekerjaan suami
IR : terus kalau aras-arasen gitu bu, mempengaruhi kebiasaan makan ngga bu?
IN : ngga, makannya tetep
IR : terus ibu pernah ngga selama hamil ngga mau makan sesuatu gitu?
IN : ngga pernah, pokoknya ngga telat makan aja
IR : terus kan waktu hamil dulu ibu mual gitu ya bu, pas waktu mual itu pernah ngga kayak ngga maun makan apa gitu bu?
IN : kalau udah mual, makan apapun ngga enak wes
IR : contohnya apa bu?
IN : wes pokoknya lihat nasi aja ngga mau
IR : terus kan tadi ibu bilang, mual kalau bau masakan, contoh yang spesifik bu apa?





IN : nah itu kan sebelum hamil saya jualan pukis, nah bau pukis itu

IR : bau pukis itu ya bu?

IN : iya, makanya langsung berhenti

IR : ini kehamilan kedua ibu ya, kalau kehamilan pertama dulu bagaimana bu?

IN : itu malah hamil pertama itu menyiksa, waktu hamil 2 bulan, masuk rumah sakit

IR : oo, kenapa bu?

IN : itu muntah muntah ngga mau makan apa apa

IR : kalau dulu hamil pertama ngga mau makan apa aja bu>

IN : semuanya mbak, bubur ngga mau, buah ngga mau, nasi ngga mau, makan dikit langsung muntah

IR : kalau misalnya protein-protein gitu kan biasanya ibu hamil ngga mau makan ika, kalau ibu?

IN : mau saya, sama saja makannya kayak dulu

IR : kalau selama hamil ada ngga bu pengolahan makanan yang dihindari atau ngga mau gitu?

IN : ya Cuma itu santen aja mbak

IR : kalau santen kenapa bu kok ngga mau

IN : kalau santen liat aja gini, wes ngga mau. Kalau sekarang udah agak mau dikit-dikit, yang pertama ngga mau sama sekali

IR : apa karena mual gitu bu?

IN : ngga tau ya mbak liat aja wes ngga mau

IR : terus menurut ibu janin di kandungan itu bisa merasakan makanan yang ibu makan ngga bu?

IN : iya, kan apapun yang kita makan kan ininya ke anaknya

IR : terus kan tadi kaR anaknya bisa ngerasain ya bu, kalau misal anaknya ngga



mau makan sesuatu gitu, terus ibunya ikut ngga mau makan sesuatu gitu ngga bu?

IN : iya kalau berpengaruh kan, kalau kalau ngeliat ini ngga mau kan itu kalau bawaan bayi kan

IR : hmm, gitu ya bu?

IN: iya

IR : Terus ibu pernah ngga bu kayak ngerasa badannya ngga enak karena konsumsi makanan sesuatu?

IN : ngga pernah mbak

IR : terus pernah ngga bu memotivasi diri sendiri buat makan makanan yang bergizi gizi bu biar anaknya sehat?

IN : ya pernah, terpaksa makan sayur, karena makan sayur susah

IR : kenapa bu kok makan sayurnya susah?

IN: ngga suka saya

IR : kalau sayur yang ngga disukai apa aja bu?

IN : oh aku kalau sayur yang tak sukai bisa dihitung Cuma sawi, bayam, kayak gitu, kalau yang lain lain kayak daun kates, daun singkong gitu ngga pernah

IR: kenapa bu?

IN : ngga suka dari dulu, makanya masakanya Cuma sawi, bayam, sop, ngga suka sayuran

IR : terus disini ada ngga bu kayak dari suami atau dari lingkungan menyarankan makan makanan yang bagus buat ibu hamil gitu?

IN : ngga pernah

IR : atau ngga boleh makan apa gitu bu?

IN : ngga pernah

IR : Terus pernah ngga ibu ngga nafsu makan?



IN : pernah mbah

IR : terus kalau ngga nafsu makan tetep makan atau gimana bu?

IN : ya engga mbak, Cuma minum susu aja

IR : kalau ngga nafsu makan berarti Cuma minum susu seharian gitu bu?

IN : iya, makane nek bangun tidur itu aku makane mesti sedikit, kalau ngga gitu wes mesti telat makan dikit udah ngga enak makan seharian. Pokok makan sedikit, kalau ngga nasi ya beli roti gitu

Lampiran 7.4 Transkrip Informan 4

Kode Informan : I4 IS

Tanggal : 18 Januari 2019

TRANSKRIP

IR : Kalau dirumah yang menyiapkan makanan tiap hari siapa bu?

IN : ibu

IR : ibu? Itu yang masak selalu ibunya ?

IN : iya, saya cuma mbantu-mbantu tok

IR : kalau misalnya ibunya ngga masak gitu bu?

IN : saya yang masak

IR : terus kalau biasanya proses pemasakan yang biasanya dilakukan itu gimana bu yang paling sering?

IN : maksude ?

IR : kaya misalnya sayuran seringnya diapakan, gitu?

IN : ya disayur dikuah gitu mbak sering

IR : dikuah sering ?

IN : hee, tapi bukan santen, dibening gitu lho aku seneng yang seger-seger

IR : biasanya apa saja bu yang dikuah gitu?

IN : yang dikuah sayur yang sering bayam, kacang panjang sama cambah nek gak gitu kacang panjang sama manisah

IR : terus kalau bahan makanan lain bu, seringnya dimasak apalagi?

IN : tempe tahu itu digoreng

IR : tempe tahu digoreng ya ?

IN : ya digoreng, dipenyet gitu kadang-kadang mbak

IR : terus apalagi bu? Kayak lauk hewani gitu?

IN : hewani e ya itu mbak sama aja, ayam, tongkol, pindang

IR : kalau ayam ini biasanya diapakan bu?

IN : di goreng, dikasi tepung gitu

IR : kalau tongkol ?

IN : tongkolnya dikuah, disanten

IR : kalau pindangnya?

IN : disambel

IR : terus kalau dikeluarga ini, tiap hari makan bersama?

IN : heem

IR : makan bareng ya? Itu makan barengnya kapan aja bu?

IN : nek gak sore malem

IR : oh sore atau malem ya, berarti kalau pagi sama siang kadang bareng kadang engga gitu

IN : hee, jadikan kalau pagi bapak berangkat kerja duluan

IR : terus ibu pernah dapet informasi tentang makananyang baik untuk ibu hamil

?

IN : hee

IR : pernah ya bu, apa aja informasi yang didapet bu?

IN : ya mem sayur-sayur, buah-buahaan gitu

IR : makan sayur, makan buah ya?

IN: iya

IR : itu dapat informasinya dari mana bu?

IN : dari posyandu kemaren itu

IR : tadikan disuruh makan banyak sayur dan buah, contohnya apa aja bu?

IN : sayurnya aku seng mau mek bayam sama kacang , gubis wes mek gitu tok,





cambah

IR : kalau buah bu?

IN : buah, apel, pear, pisang. Yang sering itu

IR : kenapa bu yang sering dikonsumsi kok itu?

IN : aku sukanya itu

IR : terus tadi informasi yang didapat sudah diterapkan belum bu?

IN : sudah

IR : terus dulu kebiasaan makan sebelum hamil itu makanannya berapa kali bu?

IN : dua kali

IR : makannya dua kali, terus komposisi makannya gimana bu? Nasinya berapa gitu?

IN : makannya dua kali, nasinya sedikit, luweh sedikit yang dulu, nek sekarang kan 1 centong setengah, nek dulu paleng mek sak centong

IR : kalau kayak sumber proteinnya gimana bu dulu sebelum hamil?

IN : dulu sebelum hamil, ya wes seumpamane ada ikan ya wes tak maem gitu tok, nek ga ada ikan ya ndak

IR : kalau jumlahnya gimana bu?

IN : dulu sedikit kalau sekarang lebih banyak

IR : kalau kayak buah sayur gitu gimana bu?

IN : kalau buah dulu aku juarang mbak, sekarang ini seng aku sering makan buah

IR : kalau sayur?

IN : sayur se sebenere aku ngga terlalu suka sayur, sekarang ini se baru suka

IR : sekarang ini sering ya bu sayurnya, kalau dulu jarang

IN : hee

IR : Jadi perbedaan makannya dulu sama sekarang itu, dulu makannya sedikit



sekarang jadi lebih banyak

IN : iya bener

IR : terus bu akn sekarang makannya lebih banyak, itu ada manfaatnya buat ibu ngga?

IN : semakin gede mbak awak e (tertawa)

IR : semakin gemuk gitu ya bu, nambah berat badannya

IN : iya, nambah terus aku

IR : nah kan berat badannya nambah, jadi lebi sehat atau gimana bu?

IN : ya sehat, Cuma kadang kalau ngaca kok lho aku kok cek gedene jadi agak gimana gitu, kan soale ngga pernah bobot segitu aku

IR : berapa bu berat badanya

IN : nek kemaren aku ukur 51, sekarang belum timbang lagi

IR : terus bu biasanyakan ibu hamil awal-awal sering mual, muntah gitu, ibu ngerasin mual muntah ngga?

IN : sekarang?

IR : dulu awal-awal, terus sekarang juga gimana?

IN : awal awal muntah emang

IR : awal-awal muntah ya bu, dulu inget ngga bu, muntahnya berapa kali?

IN : ngga mesti mbak, kadang pagi tok, pagi itu mesti, Cuma kadang siang kalau ngga mau maghrib, tapi jarang. Seng sering itu pagi, bangun tidur itu pasti mbak.

IR : terus kalau misal muntah gitu bu, mengganggu aktivitas ngga ?

IN : ngganggu, soale aku lemes terusan

IR : terus kalau lemes gitu, tidur aja bu?

IN : iya tak bawa diem , nek langsung aku aktivitas gitu ngga kuat

IR : terus kalau muntah gitu bu, mempengaruhi makannya ngga?

IN : iya, makannya jadi milih mbak, kadang juga ngga mau makan pernah karena

mual

IR : makanan yang dipilih kayak gimana bu?

IN : anu mbak, teko-tekoen gitu, apa ya dari mood gitulah

IR : oh kayak mood-mood an ya bu?

IN : iya mood mood an, kadang kayak pengen iki ya sekarang memang harus ada itu gitu, sekarang pingin tahu diapakan ya harus gituin, dimasak itu

IR : itu pasti gitu ya bu?

IN : iya awal-awal pasti gitu, nek sekarang udah ngga

IR : terus bu, kalau mual bu, pernah?

IN : pernah, awal-awal itu tok sering

IR : awal-awal sering ya bu, terus itu nggaggu aktivitas juga ngga?

IN : ngganggu, soale pas itukan aku sek kerja, jadi bolak balek ke kamar mandi gitu a

IR : terus kalau mual gitu, juga ngganggu kebiasaan makannya ngga ?

IN : iya se, maleh ngga mau makan gitu. Kalau udah gitu biasane aku bikin the panas gitu, biar anget perut e

IR : berarti minum teh panas gitu ya, terus kalau udah tetep makan atau gimana?

IN : maeme ntar, nunggu berapa jam cek'e weteng ngga sakit gitu

IR : terus waktu kemilan ini ada perubahan nafsu makan ngga bu?

IN : ada, nek sekarang ya lebih banyak maem e

IR : kenapa bu kira-kira kok makanannya lebih banyak ?

IN : ya, kan ada bayinya mbak, jadi cepet laper aku, dikit-dikit laper. Iki dikit-dikit makan, dikit-dikit makan gitu

IR : terus ibu pernah ngerasain perubahan tubuhnya selama hamil gitu ngga bu?



IN : ya semakin besar aja mbak
IR : tapi seneng ngga bu?
IN : ya seneng kudu ngga seneng, kan ada bayinya
IR : terus perubahan berat badan mempengaruhi aktivitas sehari-hari ngga bu?
IN : ya mempengaruhi se, nek misale jongkok lama-lama aku ga iso, takut wisan
IR : terus bu, biasanya ibu hamil waktu awal-awal mungkin liat makanan apa gitu ngga suka, ibu ada kayak gitu ngga?
IN : ngga, nek aku malah pinginan mbak
IR : malah pingin ya bu, contohnya kayak apa bu?
IN : ya misale anak-anak posting sate apa gitu, manggang-manggabg gitu, aku yo wes kepengen kayak gitu. Nek gak gitu ek krim, aku wes more kepengen.
IR : berarti kalau menghindari makanan tertentu gitu ngga ada ya bu?
IN : engga, oh pentol aku ngga mau
IR : pentol ngga mau ya bu?
IN : iya, awal-awal dulu ngga mau aku nek sekarang udah mau makan. Nek sek awal- awal nglia tok ae wes emoh. Ngga mau pokok e nguwasno ae wes ngga mau. Padahal biasanya aku kan doyan pentol, doyan bakso asline, ngelia tok ae emoh.nek ayam itu, dua bulan tiga bulan ngga mau ambe pete gitu 2 bulan 3 bulan ngga mau
IR : kenapa bu kira-kira?
IN : ya ngga tau, pokok e liat aja udah ngga mau, ngga suka
IR : kalau sekarang sudah mau bu?
IN : udah mau sekarang, itu Cuma awal-awal, pete itu mek baru kemaren itu aku mau. Pertama makan itu ayam yang mau, 4 bulan paleng, sudah 4 bula itu aku baru mau
IR : kenapa bu, kalau liat mau atau gimana?

IN: moro pingin gitu, lek pas dulu e ngga mau

IR : kalau dulu kenapa bu ngga mau, bau nya tah atau gimana?

IN : ngga sih kalau bau, ya Cuma emang ngga pengen aja

IR : mungkin ngga bu, kalau ibu ngga suka makan pentol, ayam gitu karena pengaruh adeknya?

IN: mungkin, mungkin bawaan bayi kayaknya (tertawa)

IR : menurut ibu bayi didalam kandungan itu bisa merasakan makanan yang ibu makan ngga ?

IN: bisa

IR : kenapa bu kira-kira?

IN : ya soale kan batin e jadi satu

IR : Jadi misalnya bayinya ngga suka suatu makanan gitu ada tanda-tandanya ngga bu?

IN : nek menurut aku yo mbak, anu mungkin kan aku nek seumpamane makan apa gitu sek seumpamane ngga suka langsung muntah. Terus aku mikir e oo paleng anak ku ngga mau gitu mungkin. Soale langsung tak muntah no

IR : berarti tadi kalau misalnya makan sesuatu yang ngga disuka gitu ada rasa ngga nyaman ya?

IN : heem ngga enak, nek nggan munek-munek yo kudu muntah tok wes mbak

IR : kira-kira kenapa ya bu?

IN : ya bawaan bayi

IR : pernah ngga bu, kalau ngga nafsu makan tapi tetep dipaksa makan banyak, buat adiknya?

IN : ngga bisa aku, nek ancene pas ngga nafsu makan ya aku makan tapi dikit, kalau langsung banyak aku muntah, jadi emang dikit dikit gitu. Sekarang makan terus selang berapa jam makan lagi gitu, nek langsung jos banyak ngga bisa aku,





langsung muntah, ya bener masuk tapi berapa menit gitu keluar semua

IR : terus pernah ngga bu, di lingkungan sekitar kayak menyarankan makan apa gitu biar bayinya sehat?

IN : iya sih biasane bibi gitu

IR : contohnya kayak gimana gitu bu?

IN : ya banyak makan buah gitu

IR : kalau misalnya ngga boleh makan apa gitu bu?

IN : ngga ada

IR : terus tadi sarannya diikuti ngga bu?

IN : ya diikutin mbak, timbang dadi rame

IR : kalau misal ibu ngga nafsu makan, yang dilakuin keluarga gimana bu?

IN : ya kalau ibu mesti la nduk pingin e apa? Mesti nawani apa yang aku mau gitu, aku pingine iki terus biasane ditumbasno

IR : pernah ngga bu dapet motivasi dari keluarga buat makan yang banya biar bayinya sehat gitu?

IN : iya pernah

IR : kayak gimana bu?

IN : ya, makan yang banyak cee adik e sehat

IR : terus ibu termotivasi ngga bu?

IN : ya iya se, Cuma nek pas lagi males gitu yo ndak

Lampiran 7.5 Transkrip Informan 5

Kode Informan : I5 RS

Tanggal : 18 Januari 2019

TRANSKRIP

IR : disini setiap hari yang menyiapkan makanan siapa bu?
IN : ya, saya sama mami saya, kalau ngga disiapin ya ngga makan mbak. Tapi kalau dia tau kondisi saya sedang memang aku kan bilang kalau aku lagi lemes bukan berarti aku males, tapi lagi ngga enak badannya. Jadi dia(suami) udah ngerti ngambil makan sendiri kadang masak sendiri, masak mie, ngoreng telur sendiri jadi
IR : terus kalau pengolahan makanan yang sering dilakukan itu gimana bu?
IN : ya seperti biasa aja mbak, kalau sayur yang simple, saya kan ngga bisa masak sing aneh-aneh yaudah ya ditumis, di apakayak kuah yawes gitu-gitu aja
IR : kalau yang ditumis itu biasanya apa bu?
IN : seringnya kangkung sih mbak, mesti soalnya favorit se itu
IR : seringnya bu, kalo seminggu gitu berapa kali?
IN : ngga mesti se, kadang seminggu sekali, bisa dua kali, soalnya kan kalau keseringan kok rasa kangkungnya maalah beda gitu. Masak e karena awal e enak jadi bosan maleh ngga enak rasanya
IR : yang ditumis apa lagi bu?
IN : ya banyak sih mbak, kayak sawi putih, atau ya sawi apa orang ngomonge yang kayak entong itu lho
IR : pokcoy?



IN : iya pokcoy, sawi daging gitu-gitu wes. Kadang dicampurin telur atau dikasi kuah sedikit, gitukan bumbunya simple mbak Cuma bawang sama lada gitu, jadi kan ngga terlalu lama didapur, sek nyuci-nyuci piring, terus beres-beres kayak bosan terlalu lama didapur, belum makane sampai kadang wes kenyang sendiri karena masak

IR : kalau makanan yang berkuah gitu bu, seringnya apa?

IN : sayur bening sering, bening bayem, sop-sopan pokok yang simple-simple, kalau masak yang aneh-aneh jarang mbak, kayak santen-santen jarang

IR : kalau lauk hewani yang sering apa bu?

IN : ya, ayam, ikan tongkol, telur, gitu yang simple saya ngga suka yang ribet-ribet soale

IR : ayam, ikan tongkol, telurnya ini paling sering diapain bu?

IN : paling sering digoreng, ayamnya itu kadang ya ditepung kadang ya di soto di kare itu tapi jarang

IR : kalau kayak lauk nabati gitu bu, tahu tempe diapain?

IN : sering tahu tempe itu ya digoreng gitu itu, kalau kayak di mendol gitu jarang, soalnya kan kalau mendol tempenya udah besem-besem gitu jadinya aku kurang suka, tapi kalau tahunya kalau dibentuk tahu gitu, sama perkedel kentang sama tak kasi corned beef gitu lho mbak gitu jadi biar ada daging daging e lah

IR : kalau makan buah bu, buah apa yang paling sering?

IN : paling sering, apa ya ini (menunjuk halaman) dulu kan ada jambu air, terus ada mangga, tapi sekarang wes rontok semua, itu tu mesti makan, itu se yang sering. Nah kalau didesa itu kan mesti ada pepaya yang masih muda terus di sayur atau ditumis itu kadang saya suka, padahal kalau lihat di internet kalau makan pepaya yang belum mateng kan ngga



boleh, tapi kan itu dimasak, mosok ada pantangan mbak?

IR : terus bu tadi kenapa seringnya makan buah jambu air, mangga gitu?

IN : ya, adane ini yang nyepak, kalau ngga gitu ya semua se mbak suka kalau ada apa gitu kan biasanya ada yang jua mangga, semangka, melon, salak gitu gitu ya beli gitu. Kalau buah sih saya semua masuk mbak

IR : terus disini yang ikut masakan keluarga semuanya bu?

IN : iya semuanya mbak

IR : tapi makannya bareng?

IN : kalau disini jarang, kalau keluarga saya yang didesa kan emang sering ngumpul, jadi setiap hari makan bareng, kalau disini kan udah sibuk sendiri sendiri, yang kerja, yang momong putunyak jadi sibuk sendiri

IR : terus ibu pernah ngga dapet informasi gizi untuk ibu hamil gitu?

IN : pernah, dari kelas ibu hamil, yang di kelurahan acaranya puskesmas

IR : kalau dari posyandu ngga pernah dapet ya bu?

IN : kalau dari posyandu sih paling Cuma dibilangin yang penting makan e yang bergizi yang gini-gini wes pokok e, kan Cuma diukur berat badan sama lihat bukuku yang periksa dari puskesmas, Cuma gitu itu

IR : terus contoh informasinya gimana bu?

IN : kalau dia ngga ngasi contoh, wes makan sembarang aja masuk, terus kalau dulu saya kan ngga mau susu dipikir solusinya makan es krim gitu itu, es krim itu lho ngga papa mengandung susu, terus sama sayur-sayur segar.

Terus ibu saya kan sering tak tanyain, terus sampean nek hamil dulu gimana?

katane pas hamil aku itu dari puskesmas juga dapet susu ibu hamil, dapet

kacang ijo, dapet telur asin, pokok dapet yang sekiranya memenuhi gizinya, tapi itu ngga

dimakan. Katane dia itu nuruti kata ne orang, iyo kamu dijuju sama bidanmu biar



lairan e disitu, dia akhire ngga mau minum, yang suruh minum malah bapak saya, padahal susu ibu hamil. mek mbak e ini ytak tanyain dulu yak apa waktu hamil e,
mek bilang aku nragas i kabeh tak maem, tapi kalau ada orang yang ngoreng ikan, itu ngga suka.

IR : jadi kebiasaan makan ibu sebelum hamil itu kayak gimana bu?

IN : Makannya kalau dulu ya sering, dulu makan tiga sampai empat kali mbak

IR : kalau sekarang setelah hamil berapa kali bu makananya?

IN : tergantung mbak kalau sekarang ini baru mau makan, itu yo tiga kali, empat kali itu kadang nek malem, kadang makan e nunggu dia (suami) padahal dia bilang yo wes nek laper yo langsung makan ngga usah nunggu aku gitu, kadang kalau bareng kan enak mbak, nunggu makan bareng biar enak

IR : lebih enak makan bareng ya bu?

IN : iya, kalau makan bareng kan ada temene, kadang kalau liat dia (suami) kok makannya lahap, malah lomba gitu.

IR : kalau komposisinya makan sebelum sama sesudah hamil ada bedanya ngga bu?

IN : kalau kayak porsinya kan aku ngga bisa makan banyak, jadi sedikit sedikit tetep tapi lebih mikir untuk gizinya gitu, kalau dulukan apa aja masuk yang penting kenyang, kalau dulu gitu, soalnya kalau kerja kan butuh energi yang banyak

jadinya gitu. kalau sekarang makan ya harus mikir dulu ini bergizi atau ngga

IR : kalau jumlahnya sama aatau gimana?

IN : kalau sekarang ya sudah hampir sama, kalau 3 bulan awal dulu kan masih sedikit makannya, sekarang sudah lebih banyak malihan, Bener saya itu



makananya ngga bisa banyak, tapi itu kayak sering laper, udah makan kok laper lagi jadi gitu

IR : terus awal-awal hamil pernah mual muntah gitu ngga bu?

IN : kalau sekarang sudah jarang mbak, tapi kalau dulu kan ini diperumahan ya, jadinya ventilasinya kan kurang, nah kamar mandikan deket sama dapur, kalau masak kan udarane masuk ke kamar mandi, apalagi kalau ngoreng-ngoreng kayak terasi gitu kan baunya menyengat jadi pernah muntah sikan, kemaren muntah sekali gara-gara itu, jadi mbalek semuanya, padahal baru makan.

Kalau sekarang muale gara-gara kalau aku ngga mau cepet makan gitu, kan bawaan dari maag e itu tadi, mangkane bereaksi lambunge, tapi kalau engga sih kayak e ngga ada masalah, bayinya juga kayaknya wes biasa gitu.

Kan dulu saya pernah tanya dibidan itu kenapa kok orang hamil itu harus mual muntah gitu? gimana ya, wong temen saya itu ada yang awalne ngomong biasa aja sehat terus dia itu mual padahal dia pernah punya anak, sudah dua anaknya mau tiga, kadang ngomong gini, kadang kalau hamil kayak gini itu

rasane pingin nyerah gitu kadang. Iho dia kan sudah punya anak harusnya bisa berjuang demi anaknya saya gitu, memang kalau waktu mual muntah gitu mbak rasane aduh kayak ngga punya rasa kadang wes mbak wes ngga tau kayak gimana wes, kayak disiksa gitu. ya kata bidan e se mau ngga mau harus mau,

karena mual itu penguat janin gitu, ya wes gimana lagi lag saya mikir gitu. ya wes mbak

sekarang wes alhamdulillah wes nggak itu, nggak mual lagi

IR : ngga mual lagi bu? Berarti awal-awal dulu ya bu mualnya?

IN : iya, mual gitu ngantuk apa ya wes lemes gitu, mau apa-apa kayak males gitu, nyuci aja nunggu numpuk dulu baru dicuci. Dulu itu walaupun dia (suami) kerja, jadi saya kalau nyuci nunggu dibantuin dia. Sampek ibuku ngomong uo olok
 ngunu kan kasian, orang wes kerja capek-capek sek suruh mbantuin. yo iku aku nek di rumah mek aku tidur tok, cucian nunggu sampek numpuk baru minta dibantuin, tapi sekarang udah nggak mbak, soale kan koyok males mau ngapa-ngapain,
 nyuci yo tak cuci ada cucian cuma cuaca kan sering hujan jadi cucian e kadang ngga kering, tapikan ngga ada mesin cuci jadikan nyucinya nyuci tangan, kan kering e ngga ada mesin pengering jadine kan lama keringnya nek ngga kena panas,
 walaupun sudah diangin anginkan, kalau baju bau gak kering gitu kan ada bau-bau e gitu wes ngga mau make de'e wes wes susah, memang ngga kering ga ada panas

IR : nah kan dulu sering mual, mengganggu aktifitas ngga bu?

IN : iya mbak pasti, dia maleh kemana mana, kerja aja tak gandoli, jangan kemana-mana jadi minta e ditungguin, soale nanti siapa seng mbantu mbak kalau aku lemas, dulu itu aku kan ngga mau turun mbak jadi diatas terus, dulu kalau turun terus bau masakan bau apa aja gitu wes gak mau aku jadi kadang dimasakin mi dibuatin teh, dee seng mbuatno dianterno ke atas. sekarang yo wes engga, wes turun gitu

IR : terus biasanya dulu kalau mual berapa kali dalam sehari bu?

IN : aduh mbak sering, kadang sampe 3, 4 kali mangkae itu sampe keluar cairan kuning kuning itu ngga ada isinya aja bisa muntah

IR : terus bu kalau mual muntah gitu jadinya kayak milih makanan gitu ngga bu?



IN : hee, soale aku pingin e seng manis manis ngga gitu aku pingin makan diluar gitu

IR : makan diluar ya bu?

IN : hee, kadang dibelikno sini deket kelurahan, sate tah apa gitu , soto atau rawon gitu. Aku pingin makan tapi yang berkuah gitu

IR : itu kenapa bu, emang pingin atau gimana bu?

IN : ga tau kan, mungkin diluar itukan udaranya lebih terbuka, kalau disinikan tetep bau yang saya ngga suka mangkae akhire tetep mual, tapi sekarang ya wes biasa ae. Dulu itu aku kayak gini wes bau-bauen, ini bau opo bau opo padahal pintu ya wes dibuka, jendela ya wes dibuka, tapi kayak e bau e tetep sek ada diruangan gitu jadi bau e tetep diruangan dan bikin saya mual, bau e kayak masuk gitu, habis keluar masuk gitu wes kudu muntah gitu

IR : Contohnya kayak bau bau apa gitu bu?

IN : ya wes kaya bau bekas masakan gitu

IR : bekas masakan apa bu?

IN : ya apa yang digoreng wes, brambang digoreng, apa bawang digoreng, pokoknya bau minyak yang digoreng atau bekas masakan kan biasanya ventilasinya inikan naik e ke udara atas mbak, jadi bau e sek ada di dapur gitu itu, ada disitu baue bekas masak gitu wes dulu waktu anu apa itu beluk e nasi, sumup e nasi itu kepul kepul e itu itu juga ga mual tapi kadang nek pas perut e ngga enak baru buka gitu wes mbuukk rasane wes eneg, kayak wes kudu muntah gitu itu, kadang masak nasi gitu dari atas itu ya bau, kadang bau tumar, bau bawang yang kayak orang mau ngoreng ikan gitu itu entah dari sini, dari luar gitu kalau dari atas mestinya tetangga tetangga masak ada angin e bau gitu, aduuh ini siapa



se bau masak gitu itu, padahal kan hak asasi orang mau masak apa kadang

mual mual muntah muntah wes aku ndek atas wisan aduuh, ya itu susah e

kadang sampek disini diluar wes isin wes malu dilihat orang di dengr orang, jadi wes naik

ke belakang

IR : terus ibunya jadi ngga nafsu makan atau gimana?

IN : iya ngga nafsu makan wes kalau udah mual muntah gitu

IR : kenapa bu?

IN : ya nanti wes pikirannya kan katane orang itu harus menghilangkan pikiran yang kayak misal aduh nanti saya muntah, harus dihilangkan itu, tapi pikiran saya kalau saya makan ini pasti saya muntah. Muntah beberan mbak saya

IR : dari pikiran berarti bu?

IN : iya, itu juga mempengaruhi, tapi kadang kalau saya yakin ngga akan muntah tapi yo nek perut e wes ngga enak wes dibalekno wes mbek perutku, langsung wes gitu. Padahal baru kok iso keluar semuanya ya gitu, bentuke juga sama mungkin hancur-hancur dikit ada tambahan aduh pokok e mbak jorok bau e ngga enak gitu, tambah tambahan lendir lendir gitu aduh, kadang tak lihat aduh itu bekas makanku, makan kayak e sedikit ya, dimuntahin kok jadi lebih banyak

IR : terus bu ya kalau mual muntah gitu mempengaruhi kebiasaan makan ngga bu jadinya bu?



IN : hee jadi maleh kalau biasanya saya makannya itu nafsu makan bisa sampe 3 kali kalo mual muntah ngga mau makan sama sekali, sampe de'e itu kadang bingung, kamu tu mau opo, aku ngga mau apa-apa la susah, dikasi air putih ya muntah, minum susu ya muntah gitu. kadang itu nek maune pisang kan pagi hari suruh nyanding pisang sama bidan e jadi cekno ngga mual, mungkin karena pisang itu yo manis mungkin kan jadi iso sampek 3, 4 itu makane, seneng gitu sekaranag yo wes enggak, katane itu juga menghilangkan rasa kayak kram kram gitu ituu. Kan pernah kram, karena sepeda itukan tinggi saya itu pendek jadi kalau orang lihat itu sepeda sama orangnya kok tinggian sepedanya, besaran sepedane, dua duane nek aku seng makek mesti dikomen kayak gitu sama temen-temenku atau orang gitu, kalau mau parkir mbak kok sepeda e gede emen, jadine mungkin karena jinjit jadi ini (telapak kaki) kram gitu kayak lengket, masio tak templekno ndek tanah gitu tetep , tak pisah gini tetep gandeng, itu katane kurang makan pisang katane gitu, tapi itu mek sekali udah

IR : o heee heee

IN : kaki bengkak yo ngga pernah, untuk lain-lain juga engga

IR : kalau mual muntah tadi kan tadi ngga mau makan sama sekali kan bu, itu sering?

IN : ya itu kalau tiga bulan pertama itu sering mbak, hampir tiap hari mbak, sampek bingung, sekarang sih udah engga mulai dari empat bulan itu wes ngga, wong dia kan habis mulangno aku di kampung, satu bulan itu ngomong gini wes muntah ngga muntah pokok e kudu gelem ndek sana, soale kan disini ngga ada udara kalau disana kan pegunungan, terus kalau pagi-pagi itu udara masih fresh, terus kalau jalan kaki itu dibatu batu jadi ngerasa e itu kayak seger gitu, sejuk gitu mbak. Terus kalau mau mandi juga kayak disungai tapi buka sungai yang mengalir, memang untuk ada tembok tembok e untuk orang mandi gitu itu



mbak, sueneng seger gitu, lebih seneng kan ada jalan kaki e walaupun naik turun wes seneng wes pokok e

IR : terus pernah ngga bu selama hamil kayak ngga mau makan makanan tertentu gitu bu?

IN : pernah sih apa yo, nasi itu lho ngga mau mbak

IR : nasi ngga mau kenapa bu?

IN : ngga tau ya, dimasukin nasi mbalek, jadi ngga mau gantine jadi aku makan buah, padahal nasi itu yang pokok lah wes

IR : dulu sering bu ngga mau makan nasi?

IN : dulu sering, dulu kalau ibu saya itu waktu dikampung itu kayak beli jenang sumsum ya mbak itu mbak e tau? Kadang ya wes diganti itu kadang itu apa tajin, mbak e ngerti tajin? Airnya beras itu , kalau di desa kalau ngga nyolokin pake magic com kan masak dipaon gitu itu lho mbak, nek sekarang wes ada kompor kadang pindah kekompor kan ada tajin e kita kudu mau tajin e anget anget dikasi garem sama gula. manis, manis asin gituwes rasane walaupun bentuk e wes kayak apa ya gitu itu wes putih kayak apa ya yawes tapi mau aja, ada nasi nasi e sedikit yo di kletug kletug sedikit itu ya enak wes

IR : selain nasi ada ngga bu yang ngga dimauin lagi?

IN : ada sih mbak, ya makanan seng ngga tak suka kayak ya ikan yang itu tadi terus masakan yang bau bau daun salam gitu, walaupun sayur didalemnya itu aku suka tapi kan tetep ada baunya gitu itu kan, bau langsung wes muneg wes, la kan nek dibaukan seger enak, tapi yo ngga tau kok ngga mau, sekarang wes ya lumayan mbak

IR : kira kira tau ngga bu kenapa kayak gitu?

IN : ngga tau ya mungkin karena bawaan bayinya, mungkin gitu ya



IR : kalau pengolahan makanan yang dihindari ada ngga bu?

IN : ngga sih ya Cuma itu terong itu, kalau saya menghindari itu supaya tidak terlalu banyak minyak, banyak santen gitu aja sih, tapi kalau minyak itu saya rasa ngga bisa sih ditumis aja pake minyak, tersu ngoreng apapun ya minyak kadang itu saya tahu itu cuma direbus tok ya ngga enak walaupun dipenyet sama sambel gitu yo tetep aja, jadinya kalau minyak itu ngga bisa jadi dikurangnya

IR : contoh bahan makanan yang akhirnya ngga digoreng apa aja bu?

IN : apa ya akhirnya Cuma kayak sayur bening gitu aja mbak

IR : kalau bahan makanan yang ngga disanten gitu?

IN : apa ya , ya kalau kepengen jagung ya direbus ya mek itu tok mbak, kalau kepengen santen pake kacang ijo aja ada santen e mbak, ya kalau kolek kan sering dibikin kolek, kacang ijo terus apa isine tela sama apa itu sama nangka atau pisang gitu itu ya tetep ada santan e, tetep ada , tapi yo ngga sering

IR : terus menurut ibu janin didalam kandungan itu bisa merasakan makanan yang ibu makan ngga?

IN : kayak e iya se mbak, kadang kalau aku setelah makan itu perut e memberi reaksi, kayak apa ya, yo wes kayak nonjok nonjok gini, de'e itukan posisinya miring, miring kesana kesini belum tau, saya juga belum pernah USG sama sekali
kan mbak, kan itu pernah ya mbak kayak tulang paleng saking menonjolnya de'e (suami) tak suruh megang, ojek ojek (setengah berteriak) jangan jangan ojek dipites pites, la memang pernah nonjol gitu mbak habis menceng nonjol gitu, ini ngapain gitu, habis gitu pas gerak sedut sedut kayak nendang nendang gitu memang kayak nendang, perut e sampe kayak gerak gitu mbak, kan biasane kalau di youtube di tv perut kayak gitu kan kalo sudah besar kan, itu tak suruh megangin,



itu bal balan apa apa ya di dalam katane. kadang sering itu yo sampek sering wes mbak, satu dua tiga iso sampek sepuluh kali, kan saya juga mbaca kalau satu jam kurang dari sepuluh kali malah bahaya, nah itu wes lebih dari sepuluh kali ini.

kan maminya ini IR perut e wes sedat sedut apa belum? kan katane tiga bulan mau empat bulan itu perutna udah gitu, engga i ngga ngerasa apa-apa i mi, aku juga gitu, waduh kok engga baru empat bulan mau masuk lima bulan itu gerak e, mungkin karena perut e kecil itu mbak.

IR : berarti tadi kalau adiknya suka makanan yang ibu makan adiknya gerak?

IN : iya mbak, kadang laper a??? Tak ajak ngomong gitu mbak, la katane ndek TV itu dr Oz itu lho mbak, la itu katane nek hamil besar itu katane bisa diajak

komunikasi, ngomong anu kalau kamu seneng tendang dua kali katane gitu, untuk menandakan biasanya seperti itu, tapi kalau ini kalau tanganku tak tempelno gitu mesti gerak ndek tangan seng tak tempelno gitu, disini disini dee ngikutin tangan ku ini.

IR : kalau adeknya ngga suka sama makanan yang ibu makan, ada reaksi ngga bu?

IN : paleng ya mek kudu mual gitu mbak, sekarang ngga l mbak, semua masuk l wisan

IR : terus ibu pernah ngga merasakan badannya ngga enak setelah makan sesuatu?

IN : engga, engga pernah, ya mungkin engga enak karena keadaannya telat makan atau memang karena cuaca dingin, masuk angin kan biasanya keluar ngga pakai jaket gitu itukan kena angin luar biasanya gitu, kalau untuk makanan ini untuk alergi atau ada reaksi lain dari makanan itu ngga pernah

IR : terus ibu pernah ngga memotivasi diri sendiri biar makan yang banyak gitu

ngga bu?

IN : iya mbak, wong aku muntah aja saya itu anu kok bermotivasi gimana carane aku makan cee ngga muntah, ojek diutah utahno saya itu susah lho makan, keisi aja udah wes syukur alhamdulillah kenapa kok mbok keluar keluarno saya

itu gitu, saya itu ngga mau dikeluarno sebenere tapi kalan walaupun mulut saya diem begini itu wes langsung nyembur sampek an, jadi langsung dimutahno gitu

mbak, itu yo ngga tau kenapa kayak gitu, ibuku yo ngga pernah kayak gitu

katane, tapi ya mungkin bawaannya beda beda ya mbak, kadang itu ada yang

cerita bau suamine gitu ngga mau diguleti suamine gitu, banyak wes ceritane ada yang kelihatan air kudu muntah gitu, ada seng ngga mandi sampek 9 bulan yo

mek cuci cuci tok gitu, tetanggaku cerita itu sampek bojoku aku dikancingi ambek

ndek kamar mandi iku ben adus, wes dicepakno banyu anget barang yo aku wes

lemes, jarene liat air itu lemes pingin muntah-muntah, kok bisa gitu lho, mikir yo

ancene bawaan e yo beda beda ya. tapi yo nek sampek ngga mandi apa dia yo

ngga bau dirinya sendiri apa ngga sampek kecut

IR : terus kalau dari keluarga atau lingkungan pernah ngga bu disarankan kayak makan makanan yang bergizi biar adeknya sehat gitu bu?

IN : hee pernah, kalau orang yang peduli gitu ya mbak tetangga sini sebelahnya bu RT itu kalau pas lagi belanja, atau orangnya lagi keluar gitu mau buang sampah, nanyain mau kemana? Ini bu mau belanja, gimana keadannya, udah mendingan? Sirih banyak makan ikan, ikan laut yang segar gitu, tapi saya ngga begitu suka, saya bilang gitu ya disaranin, terus kalau main ke rumah kader e itu ya dibilangin, terus aku lihat fotone, anak sampeyan gemuk yo mbak, iya itu sek baru selapan gitu katane, selapan apa tiga bulan ngga tau, gemuk memang anak e, la iya wong anak e kader ga gemuk yo diseneni tah gitu katane mbak, baru gitu ini tante depan ini, gimana dek? tante depan ini kan dulu hamil pertama kan sering keguguran untuk anak yang pertama atau kedua itu terus mbilangin gini gini, saya dulu juga iya dek, dulu saya itu ngajar ngga tau dia guru atau apa ngga tau saya, sekarang saya pindah disini, dimahakan atau dimana gitu dulu tapi rumah e kan di sawojajar, teru tantenya yang jualan itu juga ngomongin dulu malah dia cerita ngga mau di kasi makan apa-apa sama sekali, maunya cuma tahu tempe aja, sayakan juga bingung, tapi anaknya juga sekarang yo sehat, katane dulu kan suaminya tentara, eh polisi yo itukan sama mama e dibeliakn susu bebelov, dia nek ngarani bebelac itu lho mbak, itu dek langsung tumbuh dek langsung cepet katane pinter gini gini, laiya wong susune aja mahal tak gitukan, jadi dia itu gitu. Malah dulu kakak e ini dulu gak mau keluar kamar wes, bau kuah bakso, bau apapun wes, ngga mau makan nasi juga, maunya cuma teh gitu tambahana dulu kakak e ini (suami). ya keponakan saya yang tak mong kemaren itu disini mbak, jadi de'e kalau mainan hp liat tayo, liat apa, liat marsha, liat apa-apa gitu pokok e hp itu ngga boleh diminta, pinjem pinjem dek, ngga boleh wes, aduh ini ada WA mau mbales i gimana? Mangkane kalau anak kecil dikasi hp itu bahaya sebenere

IR : terus makanan-makanan yang dianjurkan tadi itu diikuti ngga bu?

IN : kalau saya mau tak ikutin tapi kalau yang ngga mau saya ngga suka ya ngga mbak, kalau kakak e ini nawarin itu lho temen e suamine katane anaknya pinter-pinter katane pas hamil itu sering makan teri nasi gitu, ya saya nyoba teri nasi itu mau tak peyek mbak pikir saya gitu, kan emank kecil kecil gitu ini enak e dimasak opo iki saya gitu ya ngga bisa masak yang aneh-aneh, terus tak kasi tepung kan, terus adonan e kekentelen gitu mbak kurang encer jadine menggumpal gumpal gitu, kalau di ini rasane kayak kurag mateng gitu, rasane kok gini tapi yo habis ae mbak, dimakan aja ini ini kata e apa yo terong apa oh santen, emang santen bisa digikno aku gitu, bukan ikan kan tak suruh ngicipi dia juga belum pernah makan kan, biasanya kan kayak dicampurin ndek rengginang atau apa ya biasanya gitu itu

IR : terus bu kalau ngga nafsu makan yang biasa dilakukan keluarga itu apa?

IN : ya kalau maminya ini nyaranin kalau kamu ngga mau makan yang bener itu minum susu paling ngga sehari dua kali, tapi kan tetep ae aku kalau mual susu itu dibalekno, jadi yang dimarahi sama maminya itu de'ee dipikir de'e ngga ngingetni, de'e yo nyuruh la aku ngga mau yo ate yok opo, sekarenwes ngga ada se mbak, semuanya mau. cuma kadangkalan kalau jalan jalan gitu saudaranya ini ojok sering malku mlaku dimarahi kan kena getaran sepeda lah apalah, padahal saya seng penting sehat walapun pulang sendiri ke rumah wes ngga masalah wes, tapi orang mikir e kok anu, meteng kok keluyuran ae se gitu kan, padahal kan banyak orang yang masih hamil itu kerja sampai besar gitu yo banyak, salut wes malah kayak bawa ini masih kerja kadang juga ada tekanan dari perusahaan kan akhire jadi stress kebawa le janinnya jadi maleh kasihan kayak gitu, tapi kalau tuntutan harus bekerja ya gimana kayak gitu , saya dulu itu kan ngga tau waktu resign itu hamil, itu malah mau jadi sales saya mbak, malah bermotoran terus, untungnya SIM saya ngga jadi waktu itu ngga lulus tes saya, untungnya

Lampiran 7.6 Transkrip Informan 6

Kode Informan : I6 ZM

Tanggal : 18 Januari 2019

TRANSKRIP

IR : Kalau dirumah yang masak siapa bu?
IN : ibu
IR : selalu ibunya yang masak bu?
IN : iya
IR : kalau misalnya ibunya sedang ngga masak gimana bu?
IN : kadang beli diluar, tapi jarang mbak, kalau bener-bener ngga ada keluhan ya masak
IR : terus pengolahan makanan yang biasanya dilakukan bagaimana?
IN : sayurnya disayur bening gitu
IR : sayur bening ini sayurnya apa bu?
IN : bayam, sayur sop, yang biasanya
IR : adalagi bu penolahan untuk sayur?
IN : disantan mbak kadang
IR : contoh sayur apa bu yang disantan?
IN : sambal goreng, itukan ada santene terus sayur tewel, jarang tapi kalau makan santen
IR : kalau makanan digoreng sering ngga bu?
IN : sering, ikan yang biasanya digoreng mbak, ikan laut terus hati ayam, telur
IR : terus jayak tempe tahu biasanya diapakan bu?
IN : tempe biasanya digoreng



IR : terus disini yang ikut makan bareng ada berapa orang bu?
IN : 4 orang, suami, bapak, sama ibu sama saya
IR : tiap hari makan bareng ngga bu?
IN : engga mbak, kadang sendiri-sendiri kadang bareng
IR : kalau bareng-bareng kapan aja bu?
IN : kalau makan bareng biasanya kalau makan diluar aja mbak, kalau makan dirumah jarang bareng, kan punya kesibukan sendiri-sendiri
IR : ibu pernah dapet informasi tentang gizi ibu hamil?
IN : pernah, dari puskesmas
IR : contoh informasinya kayak gimana bu?
IN : ya kayak karbohidrat, protein, vitamin yang bagus buat bayinya itu apa
IR : contoh makanannya bu?
IN : ya kayak protein yang paling bagus itu hati ayam, daging sapi, terus telur, terus buah-buahan kayak apel, setauku yang paling bagus apel sih mbak
IR : kenapa bu kok milihnya apel?
IN : apa ya, kalR bidannya sih gitu, apel yang paling bagus untuk ibu hamil
IR : terus bu kebiasaan makan ibu sebelum hamil gimana bu?
IN : makannya kadang dua kali kadang tiga kali sebelum hamil
IR : kalau komposisinya bu gimana?
IN : ya nasi sama lauk pauk aja, kalau sayur jarang karena emang ngga suka sayur
IR : kalau sayurnya kan jarang, ini berapa kali bu?
IN : ya paling dalam seminggu itu Cuma dua sampai tiga kali aja
IR : kalau lauk pauk ini yang paling sering dikonsumsi dulu apa bu?
IN : ya macem macem, udang, terus hati, telur, sama ikan laut, ikan-ikan tawar gitu



IR : terus bu kalau porsinya sebelum sama sesudah hamil sam ngga?

IN : beda mbak, kalau sebelum hamil itu 1 centong kalau sekarang 2 centong mbak

IR : kalau laukya tetep ngga bu jumlahnya?

IN : lauknya sih nambah ya mbak, soalnya ada tuntutan buat anaknya, maksudnya emang ngga terlalu suka makan ikan-ikan tapi dipaksain dimakan

IR : oh ngga terlalu suka iakan ya bu? Kenapa?

IN : apa ya ya emang dari dulu ngga terlalu suka makan ikan

IR : kalau buah gitu bu, ada bedanya?

IN : ada, dulu sebelum hamil ngga mau buah kalau sekarang harus makan buat bayinya

IR : terus bu biasanya kan ibu hamil diawal-awal kehamilan dulu mual muntah gitu, ibu gimana?

IN : ya mual ngerasain, kalau muntah Cuma 2 kali selama hamil

IR : mualnya sering?

IN : sering mbak hampir tiap pagi sama malem biasanya juga

IR : itu sampai sekarang masih?

IN : udah engga, Cuma empat bulan pertama aja kemarin

IR : terus kalau sudah mual gitu bu, mengganggu aktivitas ngga ?

IN : iya, lebih suka tidur tok kalau misalnya lagi mual gitu, terus kan biasanya lemes juga kalau lagi mual gitu

IR : kalau misalnya mual, ibu jadi milih milih makanan ngga bu?

IN : waktu mual itu ngga mau makan daging, telur, pokoknya apa ya yang hewani-hewani itu ngga suka. Sukanya buah aja kalau lagi mual

IR : terus bu kalau mual gitu kebiasaan makannya berubah ngga bu?

IN : iya kan jadinya ngga enak makan gitu mbak, ganti buah kalau misalnya mual



muntah

IR : selama kehamilan ada perubahan nafsu makan ngga bu?

IN : ada, nafsu makan waktu hamil bertambah, tapi dulu empat bulan pertama ngga enak makan, sampai kaIR kurang gizi dari puskesmasnya, tapi setelah itu nambah terus berat badannya

IR : kenapa bu ada perubahan nafsu makan?

IN : ya dulu awal-awal ada mual jadi ngga nafsu makan terus sekarang udah ngga

IR : tadi kan ibu bilang ngga mau makan daging, telur, yang hewani-hewani gitu kan bu, nah itu kenapa?

IN : eneg mbak sama kayak nyium baunya gitu udah ngga suka mbak, tiba-tiba ngga suka, dlunya ngga suka

IR : berarti ibunya ngga mau sama sekali lauk hewani atau ada yang dipaksakan masuk?

IN : ya kayak telur gitu terpaksa kalau ngga gitu kan ngga ada proteinnya yang masuk

IR: selain telur?

IN : ayam, bebek masih mau, daging sih mbak sebenarnya yang ngga mau kayak sate udah eneg liatnya sama yang berbumbu kacang itu eneg

IR : sate nya sate apa bu?

IN : sate kambing

IR : bumbu kacang juga ya bu, itu kenapa?

IN : juga eneg mbak

IR : kalau daging ngga dimakan sama sekali ya bu?

IN : iya ngga sama sekali sama ati juga ngga

IR : daging ini daging apa bu?



IN : ya daging sapi sama kambing

IR : kalau menurut ibu janin dikandung itu bisa merasakan apa yang ibu makan ngga?

IN : bisa, kan yang masuk kedalam tubuh ibunya juga masuk ke anaknya juga

IR : ada tanda-tandanya ngga bu, kalau misal bayinya ngga suka sama makanan yang ibu makan gitu?

IN : kalau yang ngga mau makan sih ngga ada ya, kalau kayak kena kecut gitu langsung bereaksi mbak, nendang-nendang gitu kenceng, kalau kena lemon, jeruk yang kecut-kecut wes langsung bereaksi

IR : tapi kalau adeknya bereaksi gitu tetep diminum lagi bu?

IN : diminum mbak, soalnya suka

IR : pernah ngga bu selama hamil memotivasi diri sendiri buat makan banyak?

IN : iya mbak setiap hari

IR : contoh motivasinya gimana bu?

IN : ya pokoknya tiap hari protein masuk terus vitamin, terus karbohidratnya harus terpenuhi

IR : terus motivasinya berhasil ngga bu?

IN : berhasil mbak, gizinya juga terpenuhi

IR : terus disini dari keluarga mungkin atau lingkungan sekitar ada ngga bu yang menyarankan untuk makan ini biar sehat gitu? Contohnya kayak apa bu?

IN : ada, ya disuruh makan buah-buahan, sayur gitu

IR : itu dari siapa bu?

IN : dari ibu lebih banyak

IR : itu disuruh makan saur buah biar apa bu?

IN : biar gizi bayinya terpenuhi

IR : kalau ibunya ngga nafsu makan bu, yang dilakukan keluarga itu gimana?



LAMPIRAN 8. DOKUMENTASI PENELITIAN

