

## ABSTRAK

Pola Makan Ibu Hamil Pertrimester Di Wilayah Kerja Pukesmas Sukosari  
Kecamatan Babadan Kabupateen Ponorogo

Oleh: NOR HAZELINA, 2013

Salah satu tujuan penatalaksanaan gizi pada wanita hamil adalah untuk mencapai status gizi ibu yang optimal sehingga ibu menjalani kehamilan dengan aman, melahirkan bayi dengan potensi fisik dan mental yang baik. Bayi yang akan dilahirkan dan perjalanan suatu penyakit pada ibu hamil perlu mendapatkan perhatian yang lebih. Sehingga untuk mengantisipasi terjadinya hal yang tidak diinginkan maka diperlukan adanya status diet dan nutrisi pada ibu hamil. Pola makan pada ibu hamil selama masa kehamilan mengalami perubahan sesuai dengan masa kehamilan yang berlangsung, pada masa kehamilan trisemester I pada ibu hamil akan mengalami penurunan nafsu makan sering timbul mual dan muntah. Sedangkan pada trisemester II nafsu makan ibu hamil biasanya sudah meningkat. Pada kehamilan triwulan III, janin mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pola Makan Ibu Hamil pertrimester Di Wilayah Kerja Pukesmas Sukosari Kecamatan Babadan Kabupaten Ponorogo.

Desain yang digunakan adalah *deskriptif* dengan rancangan *deskriptif kuantitatif*. Populasinya adalah 160 ibu hamil. Sampling yang menggunakan Simple Random Sampling terhadap 40 responden. Alat pengumpulan data menggunakan kuesioner pada variabel pola makan ibu hamil TM I-III.

Hasil penelitian didapat sebagian kecil 6 responden atau (15% ) mempunyai pola makan yang baik, sebagian kecilnya lagi diperoleh 6 responden atau (15% ) mempunyai pola makan cukup, dan sebagian besar 28 responden atau (70%) pola makan kurang.

Hasil penelitian direkomendasikan peneliti selanjutnya agar melakukan wawancara agar informasi (data) yang diperoleh lebih lengkap dan meneliti faktor lainnya yang mendukung pola makan ibu hamil mengingat banyak jumlah ibu hamil yang mempunyai pola makan kurang.

Kata kunci: Pola Makan Ibu hamil TM I-III

## ABSTRACT

### **Pregnancy Diet Per trimester In the Work Area District Pukesmas Sukosari Babadan Kabupaten Ponorogo**

**By: NORHAZELINA, 2013**

*One of the objectives in the nutritional management of pregnant women is to achieve optimal nutritional status of the mother so that the mother safely through pregnancy, gave birth to a baby with potential physical and mental well being. Baby will be born and the journey of an illness in pregnant women should get more attention. So as to anticipate unwanted things it needed the diet and nutritional status in pregnant women. Maternal diet during pregnancy as changed with the last pregnancy, during the first trimester of pregnancy in pregnant women will decreased appetite nausea and vomiting often occur. While in the second trimester of pregnancy appetite usually increases. In the third trimester, fetal growth and development is very rapid. This study aims to determine untuh Diet Pregnant Mothers At Work Areas Pukesmas per trimester Sukosari Babadan Ponorogo district.*

*Design used is descriptive quantitative descriptive design. The population was 160 pregnant women. Sampling using simple random sampling of the 40 respondents. Means of data collection using questionnaires on maternal dietary variables TMI-III.*

*The results obtained fraction 6 respondents(15%) had a good diet, most of the small longer be obtained or 6 respondents (15%) have a sufficient diet, and most of the 28 respondents, or(70%) diet lacking.*

*The results recommend further research in order to conduct interviews for the information (data) obtained a more complete and examine other factors that support the diet of pregnant women given them any number of pregnant women who have a diet lacking.*

*Keywords: Pregnant Diet TMI-III*