

**HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN DENGAN
KONSUMSI ASAM FOLAT
PADA IBU HAMIL**



**GUSTI KETUT AGUSTINI
5515097170**

**Skripsi ini Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
dalam Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN TATA BOGA
ILMU KESEJAHTERAAN KELUARGA
FAKULTAS TEKNIK
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2015**

HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN DENGAN KONSUMSI ASAM FOLAT PADA IBU HAMIL

GUSTI KETUT AGUSTINI

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan pengetahuan dengan konsumsi asam folat pada ibu hamil. Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Kecamatan Pasar Minggu. Pada bulan April. Sampel yang diambil menggunakan teknik *stratified random sampling* dengan jumlah sampel 60 ibu hamil. Instrumen yang digunakan untuk mengukur pengetahuan ibu hamil adalah kuesioner benar-salah. Sedangkan untuk mengukur pola konsumsi asam folat adalah *food recall*. Nilai rata-rata skor pengetahuan ibu adalah 52,25. Sebanyak 52% memiliki tingkat pengetahuan sedang, kemudian konsumsi asam folat ibu hamil sebanyak 92% di bawah 600 mcg. Hasil uji Pearson terdapat hubungan antara pengetahuan dengan konsumsi asam folat pada ibu hamil. Pengetahuan ibu hamil mempengaruhi 32,67% terhadap konsumsi asam folat, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh seperti pendapatan keluarga dan kondisi psikologis.

Kata kunci : Pengetahuan Gizi, Konsumsi Asam Folat, Ibu Hamil

RELATION BETWEEN KNOWLEDGE WITH FOLIC ACID CONSUMPTION ON PREGNANT WOMEN

GUSTI KETUT AGUSTINI

ABSTRACT

The purpose of this study is to find out about relation between knowledge with Folic Acid consumption on pregnant women. The study conducted on April at clinic subdistrict of Pasar Minggu. Sample were taken by *Stratified Random Sampling* technique with 60 pregnant women. It used true false questionnaire as instrument for measuring the knowledge of the pregnant women. While, for measuring the pattern of Folic Acid consumption used *Food Recall* technique. The average value of knowledge score from the pregnant women are 52,25. A number of 52% have medium level knowledge, then 92% pregnant women are consume under 600 mcg of Folic Acid. The Pearson test, result there are relation, between knowledge with Folic Acid consumption on pregnant women. knowledge is affecting about 32,67% of pregnant women againts of Folic Acid consumption, while the rest affected by such as income and psychological condition.

Keyword : Knowledge About Nutrition, Folic Acid Consumption, Pregnant Women.

HALAMAN PENGESAHAN

Judul : Hubungan Antara Pengetahuan Dengan Konsumsi Asam
Folat Pada Ibu Hamil
Nama : Gusti Ketut Agustini
No. Registrasi : 5515097170
Tanggal : Februari 2015

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II

Dr. Rusilanti, M.Si

NIP. 1963062551988112001

Dr. Ari Istiany, M.Si

NIP.197012181997022001

Halaman Pernyataan

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis skripsi/komprehensif/karya inovatif saya ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapat gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di Perguruan Tinggi lain.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri dengan arahan dosen pembimbing.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, Februari 2015

Yang membuat pernyataan

Gusti Ketut Agustini

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Ida Sang Hyang Widhi Wasa yang telah melimpah karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN DENGAN KONSUMSI ASAM FOLAT PADA IBU HAMIL”. Pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih atas segala bantuan, motivasi dan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini kepada :

1. Dra. Melly Prabawati, M.Pd selaku Ketua Jurusan Ilmu Kesejahteraan Keluarga.
2. Dr. Ari Istiany, M.Si selaku Penasehat Akademik sekaligus sebagai dosen pembimbing I.
3. Dr. Rusilanti, M.Si selaku Ketua Program Studi Pendidikan Tata Boga sekaligus dosen penguji II.
4. Kedua orangtua saya I Gusti Nyoman Sayang dan I Gusti Ketut Saratni.
5. Saudara-saudara tercinta.
6. Gusti Nyoman Agustina dan Siti Syaristia rekan satu tim.
7. Dosen-dosen dan karyawan Universitas Negeri Jakarta khususnya Fakultas Teknik jurusan Ilmu Kesejahteraan Keluarga.
8. Teman-teman di Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Keluarga Mahasiswa Hindu Buddha (KMHB).
9. Motivator penulis I Putu Dedy Wahyu Wijaya.
10. Semua pihak yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini yang tidak dapat disebutkan satu-persatu.
11. Teman-teman jurusan.
12. Keponakan tersayang Gusti Ayu Putu Krisha Dewi.
13. Para ibu hamil di Puskesmas Kecamatan Pasar Minggu.
14. Petugas di Puskesmas Kecamatan Pasar Minggu.

Penulis menyadari sepenuhnya akan keterbatasan dan kekurangan dalam penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu saran dan kritik yang konstruktif sangat diharapkan bagi perbaikan laporan ini di masa mendatang. Penulis berharap agar Skripsi ini saat berguna bagi pihak-pihak yang membutuhkannya.

Jakarta, Februari 2015

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	3
1.3 Pembatasan Masalah	3
1.4 Perumusan Masalah	3
1.5 Tujuan Penelitian	4
1.6 Kegunaan Penelitian	4
BAB II KERANGKA TEORITIK, KERANGKA BERPIKIR DAN HIPOTESIS PENELITIAN	
2.1 Kerangka Teoritik	
2.1.1 Pengetahuan	5
2.1.2 Asam Folat	9
2.1.3 Kehamilan	14
2.2 Kerangka Berpikir	16
2.3 Hipotesis Penelitian	18
BAB III METODE PENELITIAN	
3.1 Tempat dan Waktu Penelitian	19
3.2 Metode Penelitian	19
3.3 Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel	20
3.4 Variabel Penelitian	21
3.5 Definisi Operasional	22
3.6 Instrumen Penelitian	22
3.7 Teknik Pengambilan Data	25
3.8 Analisis Data	26
3.9 Hipotesis Statistik	29
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
4.1 Hasil penelitian	30
4.2 Hasil Uji Persyaratan Statistik	37
4.3 Pengujian Hipotesis	39
4.4 Pembahasan Hasil Penelitian	39
4.5 Kelemahan Penelitian	41

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
5.1 Kesimpulan	42
5.2 Saran	42
DAFTAR PUSTAKA	44
LAMPIRAN-LAMPIRAN	45
RIWAYAT HIDUP	78

DAFTAR TABEL

		Halaman
Tabel 2.1	Nilai Asam Folat Berbagai Bahan Makanan	11
Tabel 2.2	Angka Kecukupan Folat yang Dianjurkan	12
Tabel 3.1	Jumlah Sampel	21
Tabel 3.2	Kisi-Kisi Instrumen Pengetahuan Asam Folat	23
Tabel 3.3	Interpretasi Koefisien Korelasi Nilai	25
Tabel 4.1	Usia Responden (Ibu Hamil)	31
Tabel 4.2	Pendidikan Ibu	32
Tabel 4.3	Penghasilan Keluarga	32
Tabel 4.4	Trimester Kehamilan	33
Tabel 4.5	Hasil Skor Pengetahuan Ibu	34
Tabel 4.6	Analisis Kuesioner Pengetahuan Ibu Tentang Asam Folat	35
Tabel 4.7	Hasil <i>Food Recall</i> Konsumsi Asam folat	36
Tabel 4.8	Uji Normalitas	37

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Instrumen Penelitian	45
Lampiran 2 Kunci Jawaban Kuesioner	47
Lampiran 3 Lembar <i>Food recall</i>	48
Lampiran 4 Hasil Uji Validitas Instrumen	49
Lampiran 5 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen	50
Lampiran 6 Data Pengetahuan Ibu yang Sudah Dikonversi Menjadi 100	52
Lampiran 7 Perhitungan Standar Deviasi Pengetahuan Ibu	54
Lampiran 8 Perhitungan Normalitas Pengetahuan Ibu	56
Lampiran 9 Hasil Skor Pengetahuan Ibu	58
Lampiran 10 Tabulisasi Karakteristik Responden	61
Lampiran 11 Nilai Kritis L untuk Uji Liliefors	63
Lampiran 12 Harga Tabel r <i>Pearson Product Moment</i>	64
Lampiran 13 Luas Dibawah Lengkungan Kurva Normal	65
Lampiran 14 Perhitungan Standar Deviasi Konsumsi Asam Folat	66
Lampiran 15 Perhitungan Normalitas Konsumsi Asam Folat	68
Lampiran 16 Perhitungan Uji Linieritas Persamaan Regresi	70
Lampiran 17 Perhitungan Koefisien Korelasi antara Pengetahuan Ibu dengan Konsumsi Asam Folat	71

Lampiran 18	Perhitungan Koefisien Korelasi Antara Pengetahuan Ibu dengan Konsumsi Asam Folat Secara Manual	73
Lampiran 19	<i>food recall</i>	75
Lampiran 20	Dokumentasi Penelitian	77

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Mengalami masa kehamilan bagi sebagian wanita yang sudah menikah adalah puncak prestasi dan peranan wanita dalam kehidupan. Kehadiran anak di tengah perjalanan perkawinan merupakan dambaan bagi semua pasangan suami-istri. Akan tetapi, tidak setiap ibu hamil dapat mengupayakan kehamilannya untuk tumbuh dan berkembang. Oleh karena itu, sangat mudah untuk dipahami bahwa agar bayi lahir sehat, prasyarat yang utama adalah dengan menjaga dan merawat kesehatan ibu dan janin (Dwi Senar Prasetyo, 2008).

Telah kita ketahui bahwa ibu hamil membutuhkan berbagai macam zat gizi, baik untuk diri sendiri ataupun untuk perkembangan janin yang dikandungnya. Zat-zat gizi untuk ibu hamil antara lain kalori, protein, kalsium, besi, vitamin A, vitamin B1, B2, vitamin C dan yang tidak kalah penting adalah asam folat.

Saat merencanakan kehamilan, sedang hamil hingga ibu menyusui asam folat sangat dibutuhkan, tetapi pada saat trimester pertama sistem saraf bayi sedang terbentuk. Kurang asam folat dapat mengakibatkan tumbuh kembang bayi

janin terhambat, bahkan tabung saraf tulang belakang janin tidak tertutup sempurna.

Pemenuhan asam folat sangat penting selama masa kehamilan karena folat membantu perkembangan otak bayi. Kebutuhan asam folat selama hamil adalah 600 sampai dengan 800 mcg per hari asam folat juga berperan penting dalam perkembangan sel-sel darah merah pada masa kehamilan. Selama masa kehamilan kebutuhan asam folat dalam tubuh meningkat karena asam folat diperlukan untuk pembentukan sel darah merah dan plasenta, pertumbuhan janin, serta penambahan sel termasuk pembesaran uterus.

Sebelum dan sesudah kehamilan ibu sering tidak membekali diri dengan pengetahuan gizi yang cukup. Jika kehamilan direncanakan, maka ibu hamil harus mempersiapkan gizi yang baik sebelum hamil karena kebutuhan asam folat harus disiapkan sejak sebelum kehamilan. Sebagian besar ibu hamil belum mengetahui tentang asam folat, kegunaannya, maupun jenis makanan yang mengandung asam folat walaupun obat yang diberikan petugas kesehatan sudah mengandung asam folat. Hal ini akan berbahaya apabila tidak segera ditindak lanjuti.

Mengingat pentingnya pengetahuan ibu hamil agar konsumsi asam folat terpenuhi maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Hubungan Antara Pengetahuan dengan Konsumsi Asam Folat Pada Ibu Hamil”

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, timbul beberapa masalah antara lain :

1. Apakah ibu hamil mengetahui manfaat dan fungsi asam folat ?
2. Bagaimana cara meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang asam folat ?
3. Apakah kebutuhan konsumsi asam folat telah terpenuhi oleh ibu hamil ?
4. Bagaimana hubungan antara pengetahuan dengan konsumsi asam folat pada ibu hamil ?

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan masalah yang ada, penelitian ini dibatasi ruang lingkupnya pada hubungan antara pengetahuan dengan konsumsi asam folat pada ibu hamil.

1.4 Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah, maka masalah dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut : “Bagaimanakah hubungan antara pengetahuan dengan konsumsi asam folat pada ibu hamil ?”.

1.5 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan dengan konsumsi asam folat pada ibu hamil.

1.6 Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat sebagai berikut :

- 1) Bagi peneliti dapat mengetahui hubungan pengetahuan dengan konsumsi asam folat pada ibu hamil.
- 2) Bagi ibu hamil memberikan masukan pada ibu untuk menerapkan konsumsi asam folat.
- 3) Bagi program studi sebagai bahan informasi pada mata kuliah Dasar Gizi.

BAB II

KERANGKA TEORITIK, KERANGKA PEMIKIRAN, DAN HIPOTESIS PENELITIAN

2.1 Kerangka Teoritik

2.1.1. Pengetahuan

Pengetahuan adalah hasil dari proses usaha manusia untuk tahu. Pengetahuan merupakan apa yang diketahui atau hasil dari pekerjaan tahu. Pekerjaan tahu tersebut adalah hasil dari kenal, sadar, mengerti, dan pandai.

Pengetahuan merupakan salah satu kemampuan kognitif. Kemampuan kognitif adalah kemampuan yang mencakup kegiatan otak, yaitu kemampuan yang berkaitan dengan penguasaan ilmu pengetahuan dan teknologi. Banyak atau sedikitnya pengetahuan merupakan ukuran tingkat kemampuan kognitif seseorang (Fatimah, 2006).

Pengetahuan merupakan jenjang proses berpikir terendah. Pengetahuan dapat berupa hafalan atau ingatan. Pengetahuan yang disimpan dalam ingatan akan digali pada saat dibutuhkan melalui bentuk ingatan, mengingat atau mengenal kembali (Winkel, 2005).

Pengetahuan adalah aspek yang paling dasar dalam taksonomi *bloom*. Pengetahuan terdiri dari tiga hal, yaitu terminologi, fakta-fakta lepas, serta universal dan abstraksi. Terminologi merupakan tingkat kemampuan mengingat yang paling dasar, meliputi pengetahuan tentang istilah dan kejadian khusus. Fakta-fakta lepas, meliputi pengetahuan tentang konvensi, penggolongan, kriteria, dan metodologi. Universal dan abstraksi merupakan pengetahuan mengenai bagan dan pola-pola utama yang digunakan untuk mengorganisasikan fenomena, meliputi pengetahuan tentang teori dan struktur serta pengetahuan tentang prinsip dan generalisasi (Daryanto, 2007)

Berdasarkan segi motif, pengetahuan diperoleh melalui dua cara. Pertama, pengetahuan yang diperoleh begitu saja, tanpa niat, tanpa keinginan, dan tanpa usaha. Kedua, pengetahuan yang didasari oleh motif ingin tahu, kemudian mencari. Hasilnya adalah menjadi tahu terhadap sesuatu. Sesuatu itulah yang disebut sebagai pengetahuan (Tafsir, 2006).

Pengetahuan terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, yaitu melalui indera pengeliatan, pendengaran, penciuman, perasa, dan peraba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Notoadmodjo, 2007)

Salah satu alat untuk memperoleh pengetahuan adalah melalui pengalaman indera. Penginderaan adalah alat yang vital dalam memperoleh pengetahuan. Penginderaan adalah satu-satunya alat untuk menyerap segala objek yang ada di luar diri manusia. Pengetahuan berawal dari kenyataan yang dapat diindera. Menurut Aristoteles, pengetahuan terjadi apabila subjek diubah di bawah

pengaruh objek, artinya bentuk dari luar meninggalkan bekas dalam kehidupan batin. Objek masuk dalam diri subjek melalui persepsi indera (Salam, 2003).

Manusia mengenal objek tertentu yang ada di lingkungan berdasarkan pengetahuan yang dimilikinya. Informasi yang membentuk pengetahuan tentang suatu objek diperoleh karena adanya stimulus. Namun tidak semua informasi yang diperoleh seseorang dapat menghasilkan pengetahuan (Salam, 2003).

Pengetahuan merupakan semua hal yang diketahui. Pengetahuan manusia terus bertambah dan berkembang karena pengetahuan yang telah dimiliki terlebih dahulu menjadi dasar untuk memperoleh pengetahuan selanjutnya. Semakin bertambahnya usia manusia maka pengetahuan yang dimiliki akan semakin banyak (Tafsir, 2006).

Pengetahuan bukanlah sesuatu yang telah ada dan tersedia. Pengetahuan sebagai suatu pembentukan secara terus-menerus oleh seseorang yang setiap saat akan mengalami reorganisasi karena adanya pemahaman-pemahaman baru. Pengetahuan bukanlah kumpulan fakta dari suatu kenyataan yang sedang dipelajari melainkan sebagai konstruksi kognitif seseorang terhadap objek, pengalaman, maupun lingkungannya. Semakin banyak seseorang berinteraksi dengan objek dan lingkungannya maka pengetahuan akan objek dan lingkungan tersebut akan meningkat. Keterbatasan pengalaman seseorang pada suatu hal, maka akan membatasi pengetahuannya akan hal tersebut (Budiningsih, 2005).

2.1.1.1 Tingkat Pengetahuan

Landasan konseptual terhadap pengetahuan yang dimiliki oleh seseorang untuk melakukan tindakan didasari oleh tingkat pengetahuan yang antara lain meliputi 6 (enam) tingkatan, antara lain:

a) Tahu (*know*)

Tahu (*know*) merupakan pemahaman subyek atas ilmu pengetahuan yang telah dipelajari sebelumnya.

b) Memahami (*comprehension*)

Memahami (*comprehension*) merupakan pemahaman terhadap obyek ilmu pengetahuan yang ditunjukkan dengan kemampuan menjelaskan dan menerangkan tentang ilmu pengetahuan yang diperoleh.

c) Aplikasi (*application*)

Aplikasi (*application*) merupakan tahapan pemahaman terhadap obyek ilmu pengetahuan yang ditujukan dengan kemampuan mengaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari.

d) Analisis (*analysis*)

Analisis (*analysis*) merupakan tahapan pemahaman terhadap obyek ilmu pengetahuan yang ditunjukkan dengan kemampuan mengklasifikasikan atau membedakan, unsur - unsur yang berkaitan dengan ilmu pengetahuan yang dimaksud.

e) Sintesis (*syntesis*)

Sintesis (*syntesis*) merupakan tahapan pemahaman terhadap obyek ilmu pengetahuan yang ditunjukkan dengan kemampuan untuk menyesuaikan diri terhadap pengetahuan yang didapat dalam kehidupan sehari – hari.

f) Evaluasi (*evaluation*)

Evaluasi (*evaluation*) merupakan tahapan pemahaman terhadap obyek ilmu pengetahuan yang ditunjukkan dengan kemampuan melakukan penilaian terhadap pengetahuan yang dimaksud dalam kehidupan sehari – hari.

2.1.1.2 Pengukuran Pengetahuan

Menurut Riwidikdo (2009), menentukan tingkat pengetahuan berdasarkan kemampuan dalam menjawab kuesioner dan nilainya berdasarkan rangking secara objektif dengan urutan sebagai berikut:

1. Pengetahuan baik, bila nilai $(x) > \text{mean} + 1 \text{ SD}$
2. Pengetahuan cukup, bila nilai $\text{mean} - 1 \text{ SD} \leq x \leq \text{mean} + 1 \text{ SD}$
3. Pengetahuan kurang, bila nilai $(x) < \text{mean} - 1 \text{ SD}$

2.1.2 Asam Folat

Asam folat (*folic acid*) merupakan salah satu vitamin yang ada dalam berbagai jenis bahan makanan. Asam folat sebenarnya merupakan vitamin B9 (salah satu vitamin B kompleks) yang membantu tubuh dalam membuat sel-sel baru, membantu tubuh memproduksi DNA dan RNA tubuh. Sifatnya yang larut air

membuat asam folat tidak bisa disimpan lama di dalam tubuh, karena setelah diserap tubuh akan terbawa keluar bersama urin.

2.1.2.1 Manfaat dan Fungsi Asam folat

Asam folat memiliki banyak manfaat dan fungsi. Antara lain :

1. Mencegah cacat syaraf lahir (*Neural Tube Birth Defecs / NTDs*)

Dianjurkan pada ibu untuk mengonsumsi asam folat atau multivitamin yang mengandung asam folat selama beberapa bulan pertama kehamilan. Saat hamil level folat dalam darahnya akan menurun, seiring kenaikan sintesa RBC pada kehamilan dan janin membutuhkan folat tersebut di kehamilan. Janin bayi sangat membutuhkan asam folat untuk perkembangan otak, tulang dan urat syaraf tulang belakang setiap hari disertai dengan konsumsi makanan yang kaya folat (WHO, 2010)

2. Untuk memproduksi sel darah merah

Asam folat tergolong vitamin B yang berfungsi membantu pembentukan sel-sel darah merah dan meningkatkan kadar Hb yang dapat mencegah anemia. Sedangkan pada kondisi kehamilan, asam folat bertambah penting karena perannya dalam pembentukan sel-sel DNA dan RNA sebagai cikal bakal pertumbuhan (Almatzier, 2004).

3. Memperkuat sistem kekebalan tubuh

Asam folat bekerja dengan menambah produksi sel-sel darah putih, pertahanan utama tubuh. Kekurangan asam folat akan memicu pengerutan

kelenjar thymus dan bongkol getah bening sehingga mengurangi produksi sel darah putih dan untuk menjaga sistem imun (WHO, 2010).

4. Sebagai kesehatan mental

Asam folat merupakan kunci penyeimbang zat kimia otak dan pengatur keakuratan fungsi nutrisi neurotransmitter. Selain itu, asam folat juga mempunyai efek yang sangat kuat terhadap otak (WHO, 2010).

2.1.2.2 Sumber Asam Folat

Asam Folat terutama terdapat di dalam sayuran hijau (istilah folat berasal dari kata latin *folium*, yang berarti daun hijau), hati, daging tanpa lemak, serelia utuh, biji-bijian, kacang-kacangan, dan jeruk. Vitamin C yang ada dalam jeruk menghambat kerusakan folat. Bahan makanan yang tidak banyak mengandung folat adalah susu, telur, umbi-umbian, dan buah, kecuali jeruk.

Tabel 2.1 Nilai Asam Folat Berbagai Bahan Makanan (mcg/100gram)

Bahan Makanan	µg	Bahan Makanan	µg
Hati ayam	1128	Asparagus	109
Hati sapi	250	Bayam	134
Ginjal sapi	45,3	Rumput laut kering	4700
Ikan kembung	36,5	Daun kacang	109,8
Ganggang laut	61	Daun selada	88,8
Kepiting	56	Kucai	57,8
Ubi jalar	52	Kacang kedelai	210
Gandum	49	Kacang hijau	121
Bungkil kc. tanah	124	Kacang merah	180
Jeruk mandarin	5,1	Pindakas	125

Sumber: *Food Composition Table for Use in East Asia*, FAO

2.1.2.3 Angka Kecukupan Folat yang Dianjurkan

Angka kecukupan folat menurut Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi dapat dilihat pada Tabel 2.2.

Tabel 2.2 Angka Kecukupan Folat yang Dianjurkan

Golongan Umur	AKF (μg)
Wanita :	
10-12 th	300
13-15 th	400
16-18 th	400
19-29 th	400
30-49 th	400
0-64 th	400
≥ 65 th	400
Hamil :	+ 200
Menyusui :	
0-6 bl	+ 100
7-12 bl	+ 100

Sumber: Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi, 2004 Angka Kecukupan Folat

2.1.2.4 Akibat Kekurangan Asam Folat

Dampak kekurangan asam folat pada janin yaitu :

- a) Spina bifida adanya celah pada tulang belakang sehingga tidak bisa tertutup sempurna akibat beberapa ruas tulang gagal bertaut. Cacat jenis ini banyak terjadi di antara ibu hamil yang mengalami kekurangan asam folat, yakni 65%.
- b) Anensefali tidak sempurnanya pertumbuhan tengkorak kepala dan otak. Jenis yang sering membawa kematian begitu bayi dilahirkan.
- c) Anencephali adanya tonjolan di belakang kepala.
- d) Perkembangan pusat kecerdasan terganggu (gangguan belajar).

- e) Gangguan sistem motorik (mengalami lumpuh, tidak bisa berjalan tegak).
- f) Tidak ada kontrol untuk buang air besar maupun buang air kecil.
- g) Gangguan jantung.

Dampak kekurangan asam folat pada ibu hamil yaitu:

- a) Anemia dengan segala konsekuensinya (terlihat pucat dan mudah letih, lesu dan lemas).
- b) Persalinan prematur.
- c) Plasenta lepas sebelum waktunya.
- d) Gangguan pencernaan.
- e) Gangguan sesak napas.

2.1.2.5 Akibat Kelebihan Asam Folat

Asam folat bisa menyebabkan keracunan pada keadaan tertentu. Pada dosis lebih dari 100 kali dosis harian yang dianjurkan, dapat meningkatkan frekuensi kejang pada penderita epilepsi dan memperburuk kerusakan saraf pada orang-orang yang menderita kekurangan vitamin B12. Jika seorang ibu mengonsumsi asam folat sampai 15.000 mcg per hari maka akan merusak sistem saraf pusat pada calon bayinya. Akibat lainnya pada overdosis yaitu kelelahan, kesemutan, dan mati rasa, lalu rasa haus berlebih serta gangguan pada lidah. Dengan mengonsumsi air putih rutin dan banyak, dapat mengurangi tingkat toksinitas tubuh akibat kelebihan asam folat. Karena kelebihan vitamin B9 atau asam folat dikeluarkan melalui urin.

2.1.3. Kehamilan

Kehamilan adalah masa yang dimulai dari konsepsi sampai lahirnya janin. Lama hamil normal adalah 280 hari (40 minggu atau 9 bulan 7 hari) dihitung dari hari pertama haid terakhir. Masa mulai dari ovulasi sampai partus kira-kira 280 hari (40 minggu) dan tidak lebih dari 300 hari atau 43 minggu.

2.1.3.1 Kebutuhan Gizi Pada Ibu Hamil

1. Kebutuhan Gizi Trimester Pertama

Pada usia kehamilan 1-12 minggu ini, calon ibu diharapkan dapat memenuhi kebutuhan kalori yang mencapai 200 kilo kalori (kcal) per hari. Pasalnya, di masa ini janin berkembang pesat sehingga butuh kecukupan energi. Calon ibu disarankan mengonsumsi sumber karbohidrat seperti nasi, roti, mie, pasta, ditambah dengan daging, ikan, sayuran, buah, serta susu dan produk olahannya.

Umumnya memasuki minggu kelima, calon ibu mengalami *morning sickness* berupa mual dan muntah. Agar kebutuhan asupan makanan bergizi tetap terpenuhi, pastikan mengonsumsi makanan dengan porsi yang sedikit tapi sering. Selain itu, sajikan makanan dengan kondisi hangat dan segar.

Selanjutnya, pada minggu ke-7 kebutuhan kalsium perlu diperhatikan demi menunjang pembentukan tulang kerangka tubuh janin yang sedang berlangsung. Asupan kalsium yang dibutuhkan sebanyak 1000 miligram per hari bisa diperoleh dari keju, yoghurt dan susu.

2. Kebutuhan Gizi Trimester Kedua

Pada usia kehamilan minggu ke 13-28 ini, kebutuhan gizi semakin meningkat seiring banyaknya kemajuan dan perkembangan janin dan calon ibu. Pada usia ini, diharapkan calon ibu menambah asupan sekitar 300 kalori per hari untuk tambahan energi yang dibutuhkan untuk tumbuh-kembang janin. Upayakan mengonsumsi camilan yang sehat 3-4 kali sehari dengan porsi sedang. Hindari kafein, misalnya kopi, karena dapat mengganggu perkembangan sistem saraf pusat janin yang sedang berkembang.

3. Kebutuhan Gizi Trimester Ketiga

Calon ibu perlu mendapat energi yang mencukupi terutama untuk persiapan melahirkan. Asupan nutrisi berkualitas akan menjamin ibu tak mengalami kekurangan gizi. Pastikan kebutuhan kalori terpenuhi dengan konsumsi karbohidrat dan lemak yang memadai. Misalnya, karbohidrat didapat dari serelia (padi-padian) dan produk olahannya, kentang, gula, kacang-kacangan, biji-bijian dan susu. Lemak didapat dari mentega, susu, telur, daging berlemak, alpukat dan minyak nabati.

2.1.3.2 Asupan Gizi Ibu Hamil

Angka kecukupan gizi yang dianjurkan bagi ibu hamil menurut Pudjiadi (2003) yaitu: energi 15%, protein 68%, vitamin A 25%, vitamin D 100%, vitamin E 25%, vitamin C 33%, zat besi 100% dan untuk asam folat 100%.

1. Kalori

Selama kehamilan kebutuhan nutrisi meningkat dari kebutuhan biasa sebanyak 200 kalori setiap hari. Selama masa kehamilan ibu hamil menjadi lebih efisien dalam menyerap nutrisi dalam sistem pencernaan.

2. Energi

Selama hamil diperlukan kurang lebih 27.000 kkal atau 100 kkal/hari.

3. Protein

Kebutuhan protein tergantung pada kecepatan pertumbuhan janin. Kurang lebih 6 gram tiap hari pada trimester 1, sedangkan pada trimester akhir 10 gram tiap hari.

4. Vitamin dan mineral

Diperlukan pula berbagai vitamin dan mineral seperti vitamin C, asam folat, zat besi, kalsium.

2.2 Kerangka Pemikiran

Dari seluruh daur kehidupan manusia, masa kehamilan adalah periode yang paling kritis tetapi sekaligus unik. Selama waktu hamil, semua pengalaman biologik yang sudah lampau bersama dengan proses yang sedang dialaminya membentuk suatu dasar kehidupan lain yang selanjutnya akan menjadi generasi penerus. Dimulai dari saat konsepsi hingga dilahirkan, ibu dan anak merupakan satu kesatuan yang erat dan tidak terpisahkan. Kesehatan ibu, fisik maupun

mental, sangat berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan janin dalam kandungannya.

Selama masa kehamilan, kebutuhan gizi ibu hamil yang seimbang sangat dibutuhkan oleh ibu hamil karena makanan ibu hamil diperlukan untuk dirinya dan bayi yang dikandungnya. Ibu hamil harus menjaga keseimbangan nutrisi, termasuk mengonsumsi makanan yang banyak mengandung asam folat. Asam folat salah satu nutrisi penting dikonsumsi selama kehamilan karena diperlukan untuk mengoptimalkan perkembangan janin, sekaligus mendukung kesehatan ibu.

Asam folat berguna untuk perkembangan sistem saraf dan sel darah, banyak terdapat pada sayuran berwarna hijau gelap seperti bayam, kembang kol dan brokoli. Pada buah-buahan, asam folat terdapat dalam jeruk, pisang, wortel dan tomat. Kebutuhan asam folat selama hamil adalah 600-800 mcg per hari, terutama pada 12 minggu pertama kehamilan. Kekurangan asam folat dapat mengganggu pembentukan otak, sampai cacat bawaan pada susunan saraf pusat maupun otak janin. Pengetahuan yang ibu miliki akan membawa ibu kepada pola pikir dan sikap yang baik terhadap konsumsi makanan selama masa kehamilan. Oleh karena itu diduga terdapat hubungan antara pengetahuan ibu dengan konsumsi asam folat sehari-hari.

2.3 Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian sampai terbukti melalui data yang terkumpul. Berdasarkan kerangka berpikir yang telah dikemukakan di atas, maka dapat dirumuskan hipotesis penelitian sebagai berikut : “Terdapat hubungan antara pengetahuan dan konsumsi asam folat pada ibu hamil.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

3.1 Tempat dan Waktu Penelitian

Tempat penelitian dilaksanakan di Puskesmas Kecamatan Pasar Minggu Jakarta Selatan. Penelitian memerlukan waktu selama 3 bulan, terhitung mulai bulan April sampai dengan Juni.

3.2 Metode Penelitian

Pada penelitian ini metode yang akan digunakan yaitu metode survei dengan teknik analisis korelasi (*correlational analyze technic*). Penelitian survei adalah penelitian yang dilakukan pada populasi besar maupun kecil, tetapi data yang dipelajari adalah data yang dari sampel yang diambil dari populasi tersebut, sehingga ditemukan kejadian-kejadian kreatif, distribusi dan hubungan-hubungan antar variabel sosiologis maupun psikologis (Kuswanto, 2012)

Dengan pendekatan korelasi dapat dilihat hubungan antara variabel bebas (pengetahuan ibu hamil), dengan variabel terikat (konsumsi asam folat).

3.3 Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan sampel

Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh ibu hamil di Puskesmas kecamatan Pasar Minggu, Jakarta Selatan. Sedangkan sampel penelitian ini sebanyak 60 ibu hamil Puskesmas kecamatan Pasar Minggu. Yang diambil sesuai dengan kriteria trimester kehamilan.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *stratified random sampling*. Teknik sampling bertingkat ini digunakan apabila populasinya heterogen atau terdiri atas kelompok-kelompok yang bertingkat serta jumlah sangat banyak (Kuswanto, 2012). Rumus *stratified random sampling* adalah :

$$N_i = \frac{N_i \times n}{N}$$

Keterangan :

N_i = ukuran tiap strata sampel

N_i = ukuran tiap strata populasi

N = ukuran (total) sampel

n = ukuran (total) populasi

Tabel 3.1 Jumlah Sampel

No	Trimester	Jumlah	populasi	sampel
1.	1 (1-3 bln)	52 ibu hamil	$52/100*60$	31 ibu hamil
2.	2 (4-6 bln)	17 ibu hamil	$17/100*60$	10 ibu hamil
3.	3 (7-9 bln)	31 ibu hamil	$31/100*60$	19 ibu hamil
Jumlah				60 ibu hamil

3.4 Variabel Penelitian

Variabel adalah segala sesuatu yang meliputi objek penelitian. Sering pula dinyatakan variabel penelitian sebagai faktor yang berperan dalam peristiwa atau gejala yang akan diteliti (Maegone, 2007). Dalam penelitian ini menggunakan dua variabel yaitu:

1) Variabel Bebas

Variabel bebas adalah variabel penyebab dalam suatu penelitian. Dalam penelitian ini variabel bebas adalah pengetahuan ibu hamil tentang asam folat.

2) Variabel Terikat

Variabel terikat adalah variabel yang akan diteliti atau dicari dalam penelitian sebagai akibat dari variabel bebas. Dalam penelitian ini variabel terikatnya adalah konsumsi asam folat.

3.5 Definisi Operasional

Definisi operasional dari penelitian ini adalah :

- 1) Pengetahuan adalah informasi yang ibu hamil ketahui tentang pengertian asam folat, sumber asam folat, manfaat asam folat, akibat kekurangan asam folat dan akibat kelebihan asam folat.
- 2) Asam folat adalah merupakan bentuk vitamin B9 yang secara alami terdapat di dalam pangan. Fungsi utama folat adalah untuk pembentukan, pengembangan dan pemeliharaan sel tubuh anak.
- 3) Ibu hamil adalah ibu hamil yang memeriksakan kandungannya di Puskesmas kecamatan Pasar Minggu Jakarta Selatan berdasarkan trimester.
- 4) Konsumsi asam folat adalah tingkat konsumsi asam folat yang bersumber dari jenis minuman dan makanan sebagai asupan pemenuhan kebutuhan asam folat untuk ibu hamil yaitu 600 mcg sampai 800 mcg. Pengukuran dilakukan dengan metode *food recall* 24 jam selama 3 hari.

3.6 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat bantu atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam kegiatan mengumpulkan data agar kegiatan tersebut menjadi lebih mudah dan hasilnya lebih baik dalam arti lebih cermat, lengkap dan sistematis sehingga lebih mudah diolah. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah berupa kuesioner yang terdapat dalam kisi-kisi soal kuesioner pengetahuan ibu hamil tentang konsumsi asam folat, dapat dilihat pada tabel 3.2

Tabel 3.2 Kisi-Kisi Instrumen Pengetahuan Asam Folat

Aspek yang Diteliti	Indikator	Nomor Butir	Jumlah
Pengetahuan asam folat	Sumber asam folat	6,7,10,14,16	5
	kebutuhan asam folat	1,2,4,18,25	5
	defisiensi asam folat	5,8,11,19,21	5
	fungsi asam folat	3,13,15,17,23	5
	cara pengolahan	9,12,20,22,24	5
	Jumlah		25 soal

Selanjutnya konsumsi asam folat ibu hamil akan dihitung menggunakan metode *24 hour food recall* (ingatan pangan 24 jam) selama 3 hari, untuk mengetahui kalori/energi pada ibu hamil, setelah itu akan dihubungkan dengan pengetahuan ibu hamil di Puskesmas kecamatan Pasar Minggu Jakarta Selatan. Perhitungan untuk *food recall* (ingatan pangan 24 jam) ini dilakukan selama 3x24 jam untuk melihat rata-rata kalori/energi ibu hamil sudah sesuai belum dengan angka kecukupan asam folat.

3.6.1 Uji Persyaratan Instrumen

a. Uji Validitas Pengetahuan Asam folat

Uji validitas dilakukan untuk mengetahui sejauh mana suatu alat pengumpul data dapat mengukur apa yang hendak diukur. Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan suatu instrumen (Arikunto, 2006). Uji validitas dilakukan dengan menggunakan koefisien antara skor butir dengan skor total. Uji validitas dicari dengan menggunakan rumus *Pearson*, yaitu *Product Moment* sebagai berikut :

$$Korelasi = r_{xy} = \frac{n \sum x_i y_i - \sum x_i \sum y_i}{\sqrt{n \sum x_i^2 - (\sum x_i)^2} \cdot \sqrt{n \sum y_i^2 - (\sum y_i)^2}}$$

Keterangan :

r_{xy} = Koefisien korelasi

N = Jumlah responden

X_i = Skor responden

Y_i = Skor total responden

$\sum X_i$ = Jumlah skor variabel x

$\sum y_i$ = Jumlah skor variabel y

$\sum x_i y_i$ = Jumlah perkalian skor variabel x dan y

b. Uji Reliabilitas Pengetahuan Asam Folat

Perhitungan reliabilitas ini untuk menentukan sejauh mana suatu alat pengumpul data dapat dipercaya atau diandalkan. Uji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan rumus metode belah dua (*split half method*) yaitu :

$$r_{11} = \frac{2 \cdot r_b}{1 + r_b}$$

Keterangan :

r_{11} : Koefisien korelasi internal seluruh item

r_b : Korelasi *Product Moment* antara belahan (atas-bawah)

Hasil uji coba reliabilitas kemudian diinterpretasikan pada tabel kriteria nilai r sebagai berikut :

Tabel 3.3 Interpretasi Koefisien Korelasi Nilai

Interval Koefisien	Kriteria
0.000 – 0.199	Sangat Lemah
0.200 – 0.399	Lemah
0.400 – 0.599	Cukup Lemah
0.600 – 0.799	Kuat
0.800 – 1.000	Tidak Kuat

(Kuswanto, 2012)

3.7 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner, wawancara dan dokumentasi. Kuesioner adalah daftar pertanyaan yang diberikan kepada orang lain dengan maksud agar orang yang diberi tersebut bersedia memberikan respon sesuai dengan permintaan pengguna (Arikunto, 2005). Jenis kuesioner yang digunakan adalah langsung dan tertutup. Langsung yang dimaksud disini artinya responden menjawab sesuai dengan apa yang diketahuinya. tertutup artinya telah disediakan alternatif jawaban, sehingga responden tinggal memilih jawaban yang tersedia.

Wawancara adalah suatu pengumpulan data yang digunakan untuk memperoleh informasi langsung dari sumbernya (Ridwan, 2009). Wawancara dilakukan kepada ibu hamil di Puskesmas. Wawancara tentang konsumsi asam folat.

Dokumentasi adalah ditujukan untuk memperoleh data langsung dari tempat penelitian (Ridwan, 2004). Dokumentasi berupa foto-foto yang diambil saat sedang melaksanakan penelitian dengan ibu hamil di Puskesmas.

3.8 Teknik Analisis Data

Uji Korelasi *Product Moment*

Untuk mengetahui keeratan hubungan antara variabel bebas (pengetahuan ibu hamil tentang asam folat) dengan variabel terikat (konsumsi asam folat) digunakan analisis korelasi. Langkah dalam menganalisis data adalah mencari hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat, menggunakan rumus korelasi *Pearson Product Moment*.

$$Korelasi = r_{xy} = \frac{n \sum x_i y_i - \sum x_i \sum y_i}{\sqrt{n \sum x_i^2 - (\sum x_i)^2} \cdot \sqrt{n \sum y_i^2 - (\sum y_i)^2}}$$

Keterangan :

r_{xy} = Koefisien korelasi

N = Jumlah responden

X_i = Skor responden

Y_i = Skor total responden

$\sum X_i$ = Jumlah skor variabel x

$\sum y_i$ = Jumlah skor variabel y

$\sum x_i y_i$ = Jumlah perkalian skor variabel x dan y

Untuk mengetahui besar kecilnya sumbangan antara variabel X dengan variabel Y, menggunakan rumus Koefisien Determinan, yaitu :

$$KD = r_{xy}^2 \times 100\%$$

Keterangan :

KD : Nilai Koefisien Determinan

r_{xy} : Nilai Koefisien Korelasi

3.8.1 Uji Normalitas Data

Uji normalitas dilakukan untuk menguji normalitas sampel. Uji normalitas adalah mengadakan pengujian terhadap normal tidaknya sebaran data yang akan dianalisis. Pada penelitian ini peneliti melakukan uji normalitas dengan menggunakan uji normalitas *liliefors*. Metode *liliefors* menggunakan data dasar yang belum diolah dalam tabel distribusi frekuensi.

Langkah-langkah uji *Liliefors* sebagai berikut :

1. Pengamatan x_1, x_2, \dots, x_n dijadikan angka baku z_1, z_2, \dots, z_n dengan menggunakan rumus :

$$Z_i = \frac{x - \bar{x}}{s}$$

\bar{X} = rata-rata sampel

S = simpangan baku sampel

2. Untuk setiap angka baku ini dapat menggunakan daftar distribusi normal baku, kemudian dihitung peluang $F(z_i) = P(Z < Z_i)$

3. Selanjutnya di hitung proporsi z_1, z_2, \dots, z_n yang lebih kecil atau sama dengan z_i jika proporsi ini dinyatakan oleh $S(Z_i)$, maka :

$$S(z_i) = \frac{\text{banyaknya } Z_1, Z_2, \dots, Z_n, \text{ yang } \leq Z_i}{n}$$

4. Hitung selisih $F(z_i) - S(z_i)$ kemudian tentukan harga mutlak.
5. Ambil harga yang paling besar di antara harga-harga mutlak selisih tersebut (L_0).

Untuk menerima atau menolak hipotesis, bandingkanlah hipotesis, bandingkanlah L_0 ini dengan nilai kritis L (tabel).

Kriteria :

$L_0 < L_t$, artinya hipotesis diterima maka data berdistribusi normal

$L_0 > L_t$, artinya hipotesis ditolak maka data tidak berdistribusi normal

3.8.2 Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan dengan mencari persamaan garis regresi variabel bebas pengetahuan ibu hamil tentang asam folat terhadap variabel terikat konsumsi asam folat ibu hamil di Puskesmas Kecamatan Pasar Minggu, Jakarta Selatan. Analisis ini dilakukan untuk memprediksi nilai dari variabel terikat apabila nilai variabel bebas mengalami kenaikan atau penurunan.

Rumus Regresi Linear Sederhana :

$$\hat{Y} = \alpha + bX$$

Keterangan :

\hat{Y} = variabel terikat (nilai yang diprediksi)

X = Variabel bebas

α = Konstanta (nilai \bar{Y} apabila X=0)

b = Koefisien Regresi (nilai peningkatan ataupun penurunan)

$$a = \frac{(\sum Y)(\sum x)^2 - (\sum X)(\sum XY)}{n(\sum X^2) - (\sum X)^2}$$

$$b = \frac{n(\sum XY) - \sum X (\sum Y)}{n(\sum X^2) - (\sum X)^2}$$

3.9 Hipotesis Statistik

Hipotesis statistik penelitian ini adalah :

H₀ : $\rho = 0$

H₁ : $\rho \neq 0$

Keterangan :

H₀ : Tidak ada hubungan antara pengetahuan ibu hamil terhadap konsumsi asam folat.

H₁ : Ada hubungan antara pengetahuan ibu hamil terhadap konsumsi asam folat.

ρ : Koefisien korelasi dua variabel (pengetahuan ibu hamil tentang asam folat dan konsumsi asam folat).

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

4.1.1 Deskripsi Lokasi Penelitian

Sebelum diadakan penelitian, peneliti terlebih dahulu mengadakan observasi tentang keadaan wilayah Kecamatan Pasar Minggu. Pada penelitian ini puskesmas yang dijadikan objek penelitian adalah Puskesmas Kecamatan Pasar Minggu yang terletak di jalan Kebagusan Raya, Jakarta Selatan.

Puskesmas Kecamatan Pasar Minggu terletak diatas tanah dengan luas 1700 M dan luas bangunan 1500 M. Batas wilayah Puskesmas Kecamatan Pasar Minggu yaitu jalan Empang Tiga, jalan H.Samali dan jalan Pulo Kecamatan Pancoran disebelah utara, kali Krukut Kecamatan Cilandak disebelah barat, kali Ciliwung Kecamatan Kramat Jati disebelah timur dan Kecamatan Jagakarsa disebelah selatan. Wilayah Kecamatan Pasar Minggu terbagai atas 7 kelurahan dengan 65 RW, 729 RT dengan 54,798 Kepala Keluarga dan 249.942 jiwa, serta kepadatan penduduk 11.370 jiwa per KM menurut laporan statistik jumlah penduduk Kecamatan Pasar Minggu pada bulan Juli 2013.

4.1.2 Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil penelitian didapat data mengenai identitas responden yaitu data yang merupakan variabel yang juga mempengaruhi pola konsumsi asam folat, antara lain usia, pendidikan, penghasilan keluarga, dan trimester kehamilan.

a. Usia Responden ibu Hamil

Berikut ini adalah frekuensi data usia yang diambil dari 60 responden pada penelitian ini:

Tabel 4.1 Usia Responden (ibu hamil)

No	Usia (tahun)	Jumlah	
		Frekuensi	Presentase (%)
1	18-22	12	20
2	23-27	28	47
3	28-32	13	22
4	33-37	7	12
Jumlah		60	100

Hasil penelitian ibu hamil menunjukkan sebanyak 20% (12 responden) berusia 18-22 tahun, 47% (28 responden) berusia 23-27 tahun, 22% (13 responden) berusia 28-32 tahun, dan 12% (7 responden) berusia 33-37 tahun.

b. Pendidikan

Berikut ini adalah frekuensi data pendidikan terakhir yang diambil dari 60 responden pada penelitian ini:

Tabel 4.2 Pendidikan Ibu

No	Pendidikan	Jumlah	
		Frekuensi	Presentase (%)
1	SD	18	30
2	SMP	6	10
3	SMA	27	45
4	Sarjana	9	15
Jumlah		60	100

Pendidikan terakhir dari 60 orang responden yang memiliki frekuensi terbanyak adalah tingkat SMA dengan presentase 45%. Sedangkan frekuensi terkecil dari pendidikan terakhir responden adalah lulusan Sarjana yaitu 15%.

c. Penghasilan Keluarga

Berikut ini adalah frekuensi data penghasilan keluarga yang diambil dari 60 responden pada penelitian ini:

Tabel 4.3 Penghasilan Keluarga

No	Penghasilan	Jumlah	
		Frekuensi	Presentase (%)
1	0 – Rp. 1.499.999	24	40
2	Rp. 1.500.000 – Rp. 3.499.999	25	42
3	Rp. 3.500.000 – Rp. 5.500.000	11	18
Jumlah		60	100

Hasil penelitian diatas menunjukkan sebanyak 25 responden dengan presentase 42% memiliki penghasilan terbanyak sebesar Rp. 1.500.000 – Rp. 3.499.999. Sedangkan frekuensi penghasilan terkecil sebanyak 11 responden dengan presentase 18% memiliki penghasilan keluarga sebesar Rp. 3.500.000 – Rp. 5.500.000.

d. Trimester Kehamilan

Berikut ini adalah frekuensi data pendidikan terakhir yang diambil dari 60 responden pada penelitian ini:

Tabel 4.4 Trimester kehamilan

No	Trimester Kehamilan	Jumlah	
		Frekuensi	Presentase (%)
1	trimester 1 (1-3 bln)	31	52
2	trimester 2 (4-6 bln)	10	17
3	trimester 3 (7-9 bln)	19	32
Jumlah		60	100

Berdasarkan tabel 4.4 diketahui sebanyak 31 responden (52%) yang termasuk trimester pertama, sebanyak 10 responden (17%) yang termasuk trimester kedua, dan sebanyak 19 responden (32%) yang termasuk trimester ketiga.

4.1.3 Deskripsi Data

a. Data Skor Pengetahuan Ibu

Data skor pengetahuan ibu yang dinilai dari 60 responden, maka presentase tertinggi sebesar 52% sebanyak 31 responden dengan kriteria sedang. Distribusi pengetahuan dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 4.5 Hasil Skor Pengetahuan Ibu

No	Skor	Kategori	Jumlah responden	presentase (%)
1	0 - 30	rendah	18	30
2	35 - 65	sedang	31	52
3	70 - 100	tinggi	11	18
Jumlah			60	100
Skor minimum			20	
Skor maksimum			90	
Rata-rata			52,25	
Standar Deviasi			22,10	

Berdasarkan tabel hasil pengetahuan diatas sebanyak 31 responden dari 60 responden dengan presentase 52% memiliki kategori sedang. Sedangkan sebanyak 11 responden dengan presentase sebesar 11% memiliki kategori rendah.

Berdasarkan hasil tersebut maka dapat diketahui bahwa pengetahuan ibu dari 60 responden memiliki pengetahuan tingkat sedang atau dapat dikatakan cukup baik. Dapat dikatakan bahwa pengetahuan yang telah dimiliki ibu dapat diterapkan dalam pola makan selama masa kehamilan. pengetahuan yang dimiliki oleh ibu dapat berasal dari informasi yang dicari oleh ibu melalui media atau interaksi sosial dalam lingkungan.

Tabel 4.6 Analisis Kuesioner Pengetahuan ibu Tentang Asam Folat

No Soal	Indikator	Jawaban benar		Jawaban salah	
		n	%	n	%
1	kebutuhan asam folat	51	85	9	15
2	kebutuhan asam folat	40	67	20	33
3	fungsi asam folat	14	23	46	77
4	defisiensi asam folat	18	30	42	70
5	sumber asam folat	28	47	32	53
6	sumber asam folat	20	33	40	67
7	cara pengolahan	39	60	21	40
8	sumber asam folat	24	40	36	60
9	defisiensi asam folat	20	33	40	67
10	fungsi asam folat	17	28	43	72
11	sumber asam folat	36	60	24	40
12	fungsi asam folat	23	38	37	62
13	sumber asam folat	30	50	30	50
14	fungsi asam folat	22	37	38	63
15	kebutuhan asam folat	25	42	35	58
16	cara pengolahan	29	48	31	52
17	defisiensi asam folat	29	48	31	52
18	fungsi asam folat	52	87	8	13
19	cara pengolahan	52	87	8	13
20	kebutuhan asam folat	57	95	3	5

Berdasarkan tabel diatas, jawaban paling banyak benar adalah pada indikator tentang fungsi asam folat dan cara pengolahan yang mencapai frekuensi benar sebanyak 52 responden dengan presentase 87%. Sedangkan nilai yang drop adalah pada indikator tentang kebutuhan asam folat dengan frekuensi jawaban benar sebanyak 3 responden dengan presentase 5%.

Berdasarkan hasil analisis kuesioner diatas maka dapat diketahui bahwa ibu sudah mengetahui fungsi asam folat dan cara pengolahan yang baik makanan sumber asam folat.

b. *Food Recall* Konsumsi Asam Folat

Tabel 4.7 Hasil *food recall* konsumsi asam folat

No	kategori konsumsi Asam folat	jumlah ibu	presentase %
1	600-800 mcg	5	8
2	< 600 mcg	55	92
	jumlah	60	100
	Skor minimum	40,33	
	Skor maksimum	724,66	
	Rata-rata	334,41	
	Standar Deviasi	187,84	

Berdasarkan tabel hasil *food recall* konsumsi asam folat diatas sebanyak 5 responden dari 60 responden dengan presentase 8% mengkonsumsi asam folat sebesar 600-800 mcg. Sedangkan sebanyak 55 responden dengan presentase sebesar 92% mengkonsumsi asam folat < dari 600 mcg. Dapat dikatakan bahwa konsumsi asam folat pada beberapa ibu masih kurang terpenuhi untuk angka kecukupan asam folat pada ibu hamil karena ibu masih belum banyak mengetahui sumber-sumber asam folat dan ketika masa kehamilan ibu cenderung tidak napsu makan.

4.2 Hasil Uji Persyaratan Statistik

4.2.1 Uji Normalitas

Untuk mengetahui persyaratan pengujian hipotesis, maka dilakukan uji persyarat yaitu populasi data berdistribusi normal. Pengujian normalitas dilakukan

dengan menggunakan uji Liliefors. Hasil pengujian normalitas dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 4.8 Uji Normalitas

Variabel	Jumlah Sampel	L_{hitung}	Harga Tabel $\alpha = 0,05$	Kesimpulan	Keterangan
Pengetahuan Ibu (X)	60	0,6009	0,886	Terima H_0	Normal
Konsumsi asam folat (Y)	60	0,5669	0,886	Terima H_0	Normal

Berdasarkan tabel uji normalitas diatas, diperoleh hasil pada kedua variabel dengan L_{hitung} kurang dari harga L_{tabel} pada taraf signifikansi 0,05 pada tabel Liliefors untuk $n = 60$ adalah 0,886. Dengan demikian data tersebut dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal.

4.2.2 Uji Linieritas

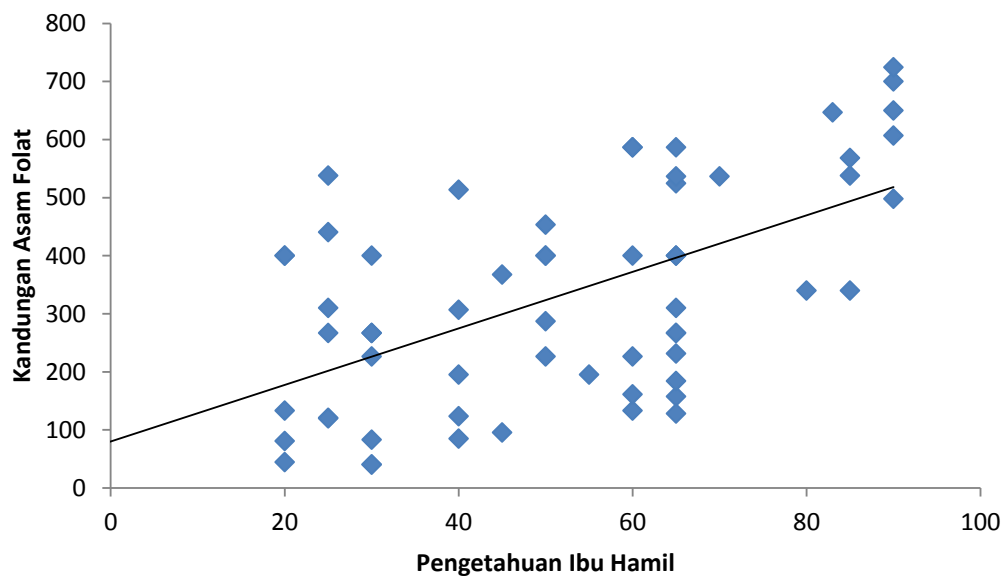
Setelah diketahui kedua data tersebut berdistribusi normal, maka dilanjutkan dengan uji Linieritas. Uji linieritas dilakukan untuk mencari analisis regresi, yaitu perolehan hubungan pengetahuan dengan konsumsi asam folat pada ibu hamil berbentuk regresi linier.

Dari hasil analisis regresi linier didapat sebuah persamaan regresi

$$\hat{Y} = 80,17 + 4,869X. \text{ Angka-angka ini dapat diartikan sebagai berikut :}$$

1. Konstanta sebesar 80,17 artinya jika pengetahuan gizi ibu (X) bernilai 0, maka konsumsi asam folat memiliki nilai sebesar (4,869).

2. Koefisien regresi variabel pengetahuan ibu (X) sebesar (4,869), artinya jika konsumsi asam folat mengalami kenaikan sebesar 1 poin, maka nilai/skor pengetahuan ibu akan mengalami penurunan sebesar (4,869). Koefisien bernilai positif artinya tidak terjadi hubungan positif antara pengetahuan dengan konsumsi asam folat. Semakin naik skor pengetahuan ibu maka skor konsumsi asam folat akan turun.
3. Dari hasil uji linieritas, menunjukkan angka 0,128 dimana $\rho >$ dari α (0,05) dengan demikian hubungan kedua variabel tidak linier.



4.3 Pengujian Hipotesis

Korelasi yang diperoleh dari variabel X dan Y, nilai r_{hitung} yaitu 0,5716 lebih besar dari nilai r_{tabel} yaitu 0,254 pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$. $r_{hitung} < r_{tabel}$, maka H_0 ditolak. Berarti terdapat hubungan antara pengetahuan dengan konsumsi asam folat pada ibu hamil. Dengan mengetahui korelasi *pearson product moment* maka dapat ditentukan besar koefisien determinasi antara X dan Y, yaitu sebesar 32,67%. Hal ini berarti variasi tingkat pengetahuan ibu hamil hanya memberikan kontribusi sebesar 32,67% terhadap pola konsumsi asam folat.

4.4 Pembahasan

Pengetahuan ibu tentang makanan merupakan dasar untuk menentukan pola makanan Susman (2007), mengatakan bahwa dengan meningkatnya pengetahuan gizi yang dimiliki oleh seseorang maka akan semakin tinggi pula kemampuan ibu dalam memilih dan merencanakan makanan dalam ragam dan kombinasinya yang tepat dan sesuai dengan apa yang diinginkannya.

Hasil data deskriptif menunjukkan bahwa hasil pengetahuan ibu di Puskesmas Kecamatan Pasar Minggu berada dalam kategori sedang yaitu sebesar 52%. Setelah diteliti dan dijabarkan berdasarkan indikator yang ada, sebesar 87% ibu mengetahui fungsi asam folat pada saat kehamilan dan cara pengolahan makanan sumber asam folat.

Dari hasil penelitian sebanyak 25 responden dengan presentase 42% memiliki penghasilan keluarga sebesar Rp. 1.500.000 – Rp. 3.499.999, sedangkan hanya 11

responden dengan presentase 18% memiliki penghasilan keluarga sebesar > Rp. 3.500.000. Dengan demikian responden memiliki keterbatasan keuangan untuk memilih konsumsi makanan yang sesuai untuk memenuhi gizi ibu hamil.

Berdasarkan penelitian, diperoleh r sebesar 0,5716 yang berarti bahwa pengetahuan ibu mempunyai hubungan yang erat dengan konsumsi asam folat. Hasil perhitungan uji korelasi yang dihitung dengan rumus koefisien determinan, maka hasil yang diperoleh adalah 32,67%. Dari perhitungan tersebut dapat diartikan 32,67% konsumsi asam folat di pengaruhi oleh pengetahuan ibu.

Besarnya kontribusi pengetahuan ibu dengan konsumsi asam folat disebabkan karena informasi yang didapat ibu tentang bahan makanan masih sedikit. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa sumber informasi yang berperan membentuk pemahaman terhadap konsumsi asam folat.

Menurut Pariska (2013), semakin tinggi pendidikan seseorang, maka akan mempunyai pendapat yang lebih baik terhadap sesuatu seperti bahan makanan yang baik dikonsumsi oleh ibu hamil. Seseorang yang memiliki pendidikan tinggi cenderung lebih memilih makanan yang lebih baik dibandingkan mereka yang berpendidikan rendah sehingga dapat membawa pola pikir dan sikap ibu kepada penerapan pola makan yang baik.

4.5 Kelemahan Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian hubungan antara pengetahuan dengan konsumsi asam folat pada ibu hamil, maka terdapat kelemahan dalam penelitian yang telah dilakukan adalah sulitnya mencari waktu responden, dikarenakan kesibukan dari responden saat diwawancara dan kurangnya konsentrasi ibu saat pengisian lembar *food recall*.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa :

1. Nilai rata-rata skor pengetahuan asam folat ibu hamil adalah 52,25 memiliki tingkat sedang. Untuk nilai rata-rata konsumsi asam folat ibu hamil adalah 334,41 mcg. Sebagian besar (92%) konsumsi asam folat ibu hamil dibawah angka kecukupan folat (< 600 mcg).
2. Terdapat hubungan antara pengetahuan dengan konsumsi asam folat ibu hamil.
3. Variansi tingkat pengetahuan memberikan kontribusi 32,67 % terhadap konsumsi asam folat ibu hamil.

5.2 Saran

Dari keseluruhan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah diuraikan diatas, maka saran yang dapat peneliti berikan antara lain:

1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Untuk peneliti selanjutnya diharapkan mengembangkan penelitian lebih lanjut mengenai menu ibu hamil khususnya tentang konsumsi asam folat.

2. Bagi ibu hamil

Diharapkan agar lebih banyak mencari informasi tentang kebutuhan gizi dalam masa kehamilan khususnya tentang asam folat melalui media cetak atau media cetak elektronik.

DAFTAR PUSTAKA

- Agung, 2010. Kebutuhan Gizi pada Ibu Hamil. <http://greg-spog.com/kebidanan-kandungan/kebutuhan-gizi-pada-ibu-hamil/> Diakses tanggal 20 November 2013, pukul 21.05.
- Almatsier, Sunita, 2001. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: gamedia.
- Anonim, *Manfaat dan fungsi Asam Folat (B9)* <http://wikivitamin.com/manfaat-dan-fungsi-asam-folat-vitamin-b9/> diakses tanggal 16 Oktober 2013 pukul 21.30.
- Arikunto, Suharsimi, 2005. *Dasar-Dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Debby, 2013. Hubungan Antara Pola Konsumsi Air dengan Tingkat Dehidrasi pada Lansia di Daerah Dataran Tinggi [skripsi]. Jakarta : Fakultas teknik Universitas Negeri Jakarta.
- [FT] Fakultas Teknik, 2012. *Pedoman skripsi / Komprehensif / Karya Inovatif Program Sarjana*. Jakarta: Fakultas Teknik, Universitas Negeri Jakarta.
- Kristiyanti, W, 2010. *Gizi Ibu Hamil*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Maegone, 2007. *Metodologi Penelitian*. Jakarta : Bina Insan Gemilang.
- Pramudiarja, 2012. *Kurang Asam Folat saat Hamil Berisiko Lahirkan Anak Autis*. <http://health.detik.com/read/2012/06/08/084152/1935921/1299/kurang-asam-folat-saat-hamil-berisiko-lahirkan-anak-autis>. Diakses tanggal 20 Oktober 2013 pukul 13.25
- Rukiyah, Ai yeyen, 2009. *Asuhan Kebidanan I*. Jakarta.
- Santy, 2013. Hubungan Antara Besarnya Uang Saku dengan Konsumsi Asam Pangan Mahasiswa Kost Jurusan Ilmu Kesejahteraan Keluarga Universitas Negeri Jakarta [skripsi]. Jakarta : Fakultas Teknik Universitas Negeri Jakarta.
- Saryono, 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Sugiono, 2007. *Statika untuk Penelitian*. Bandung:CV Alfabeta.
- Sukarni, Icesmi dkk. 2013. *Kehamilan, Persalinan dan Nifas*. Yogyakarta: Nuha Medika.

Lampiran 1 Instrumen Penelitian

KUESIONER PETUNJUK PENGGUNAAN

1. Bacalah baik - baik pernyataan dibawah ini sebelum mengisinya
2. Pilihlah jawaban yang paling tepat menurut anda
 - a. Untuk identitas responden, isilah titik-titik dengan jawaban yang sesuai dengan identitas diri anda dan berilah tanda \surd pada kotak yang telah tersedia sesuai dengan jawaban anda.
 - b. Untuk menjawab soal pernyataan berilah tanda \surd pada jawaban yang anda anggap benar

IDENTITAS RESPONDEN

Nama ibu :

Umur :

Usia kehamilan :

Total Kehamilan :

Anak ke :

Pendidikan :

Alamat :

Pekerjaan :
a. Istri :

b. Suami :

Penghasilan :
a. Istri :

b. Suami :

c. Keluarga:

Lampiran 2

Kunci Jawaban Kuesioner

1. B	6. B	11. S	16. S
2. S	7. B	12. S	17. B
3. B	8. S	13. B	18. S
4. S	9. B	14. B	19. S
5. B	10. B	15. S	20. S

Lampiran 3

Food recall (3 x 24 jam) Pola Konsumsi Asam folat

Hari/ tgl	Waktu makan	Menu	Bahan makanan		
			Bahan Makanan	URT	Gram*
Hari	Pagi	Makanan : Minuman :			
	Selingan	Makanan : Minuman :			
	Siang	Makanan : Minuman :			
	selingan	Makanan : Minuman :			
	malam	Makanan : Minuman :			
Jumlah asam folat					

Lampiran 4

Hasil Perhitungan Uji Validitas Kuesioner Pengetahuan Ibu

No Soal	resp	X	Y	X ²	Y ²	XY	r _{hitung}	Keterangan
1	10	9	166	9	2870	154	0,45	Cukup
2	10	9	166	9	2870	151	0,15	Sangat rendah
3	10	7	166	7	2870	120	0,24	Rendah
4	10	10	166	10	2870	166	0	Tidak valid
5	10	6	166	6	2870	110	0,62	Tinggi
6	10	7	166	7	2870	122	0,37	Rendah
7	10	6	166	6	2870	110	0,62	Tinggi
8	10	7	166	7	2870	115	-0,07	Tidak valid
9	10	6	166	6	2870	105	0,32	Rendah
10	10	6	166	6	2870	105	0,32	Rendah
11	10	7	166	7	2870	105	0,56	Cukup
12	10	10	166	10	2870	166	0	Tidak valid
13	10	3	166	3	2870	61	0,72	Tinggi
14	10	2	166	2	2870	36	0,74	Tinggi
15	10	6	166	6	2870	112	0,26	Rendah
16	10	6	166	6	2870	104	0,26	Rendah
17	10	7	166	7	2870	124	0,50	Cukup
18	10	8	166	8	2870	136	0,24	Rendah
19	10	0	166	0	2870	0	0	Tidak valid
20	10	7	166	7	2870	118	0,11	Sangat rendah
21	10	6	166	6	2870	100	0,12	Sangat rendah
22	10	8	166	8	2870	132	-0,05	Tidak valid
23	10	7	166	7	2870	121	0,30	Rendah
24	10	8	166	8	2870	138	0,38	Rendah
25	10	8	166	8	2870	144	0,82	Sangat tinggi

Keterangan :

Kategori koefisien validitas instrumen adalah

Interval Koefisien	Tingkat Validitas
0,81 – 1,00	Sangat tinggi
0,61 – 0,80	Tinggi (baik)
0,41 – 0,60	Cukup
0,21 – 0,40	Rendah
0,00 – 0,20	Sangat rendah

Lampiran 5

Reliabilitas Instrumen

RESPONDEN	TOTAL SKOR	ITEM ATAS (1 – 10)	ITEM BAWAH (11 – 20)	X ²	Y ²	XY
1	10	6	4	36	16	24
2	16	7	9	49	81	63
3	14	5	9	25	81	45
4	17	8	9	64	81	72
5	6	3	3	9	9	9
6	14	7	7	49	49	49
7	12	5	7	25	49	35
8	12	5	7	25	49	35
9	15	5	10	25	100	50
10	17	7	10	49	100	70
		X	Y	X ²	Y ²	XY
		58	75	356	615	452

$$\begin{aligned}
 r_{xy} &= \frac{n \cdot XY - (\sum X)(\sum Y)}{(\sqrt{n \cdot X^2 - (\sum X)^2})(\sqrt{n \cdot Y^2 - (\sum Y)^2})} \\
 &= \frac{10 \cdot 452 - 58 \cdot 75}{(\sqrt{10 \cdot 356 - (58)^2})(\sqrt{10 \cdot 615 - (75)^2})} \\
 &= \frac{4520 - 4350}{\sqrt{3560 - 3364} \sqrt{6150 - 5625}} \\
 &= \frac{170}{\sqrt{196} \sqrt{525}} = \frac{170}{320,78} = 0,529
 \end{aligned}$$

$$r_{11} = \frac{2 \cdot r_b}{1 + r_b}$$

Keterangan :

r_{11} : Koefisien reliabilitas internal seluruh item

r_b : Korelasi *product moment* antara belahan (atas-bawah)

$$r_{11} = \frac{2 \cdot 0,529}{1 + 0,529} = \frac{1,058}{1,529} = 0,691$$

Kategori koefisien reliabilitas adalah

Interval Koefisien	Tingkat Reliabilitas
0,00 – 0,20	Sangat Rendah
0,20 – 0,40	Rendah
0,40 – 0,60	Agak Rendah
0,60 – 0,80	Cukup
0,80 – 1,00	Tinggi

Lampiran 6

Data Pengetahuan Ibu Yang Sudah dikonversi Menjadi 100

No	Responden	Jumlah	konversi
1	1	6	30
2	2	12	60
3	3	17	85
4	4	13	65
5	5	13	65
6	6	18	90
7	7	17	85
8	8	6	30
9	9	13	65
10	10	18	90
11	11	13	65
12	12	6	30
13	13	4	20
14	14	5	25
15	15	6	30
16	16	18	90
17	17	12	60
18	18	16	80
19	19	4	20
20	20	13	65
21	21	14	70
22	22	6	30
23	23	17	85
24	24	5	25
25	25	13	65
26	26	4	20
27	27	4	20
28	28	17	85
29	29	5	25
30	30	6	30
31	31	13	65
32	32	10	50
33	33	13	65
34	34	10	50
35	35	18	90
36	36	5	25
37	37	4	20
38	38	5	25
39	39	13	65

40	40	18	90
41	41	8	40
42	42	6	30
43	43	9	45
44	44	8	40
45	45	12	60
46	46	9	45
47	47	12	60
48	48	8	40
49	49	5	25
50	50	10	50
51	51	13	65
52	52	8	40
53	53	10	50
54	54	8	40
55	55	10	50
56	56	13	65
57	57	12	60
58	58	13	65
59	59	12	60
60	60	11	55

Lampiran 7

Perhitungan Standar Deviasi

Pengetahuan Ibu

Responden	X	X²
1	30	900
2	60	3600
3	85	7225
4	65	4225
5	65	4225
6	90	8100
7	85	7225
8	30	900
9	65	4225
10	90	8100
11	65	4225
12	30	900
13	20	400
14	25	625
15	30	900
16	90	8100
17	60	3600
18	80	6400
19	20	400
20	65	4225
21	70	4900
22	30	900
23	85	7225
24	25	625
25	65	4225
26	20	400
27	20	400
28	85	7225
29	25	625
30	30	900
31	65	4225
32	50	2500
33	65	4225
34	50	2500
35	90	8100
36	25	625
37	20	400
38	25	725
39	65	4225

40	90	8100
41	40	1600
42	30	900
43	45	2025
44	40	1600
45	60	3600
46	45	2025
47	60	3600
48	40	1600
49	25	625
50	50	2500
51	65	4225
52	40	1600
53	50	2500
54	40	1600
55	50	2500
56	65	4225
57	60	3600
58	65	4225
59	60	3600
60	55	3025
jumlah	3135	192725
Rata-rata	52,25	3212,083
Standar deviasi	22,10	

Lampiran 8

Perhitungan Normalitas Data Variabel (X) Pengetahuan ibu

No	Nilai X	F kum	$Z=(X-M)/SD$	F(Z)	S(Z)	$ F(Z) - S(Z) $
1	20	5	-1,45	0,4265	0,01	0,4098
2	20		-1,45	0,4265	0,03	0,3931
3	20		-1,45	0,4265	0,05	0,3765
4	20		-1,45	0,4265	0,06	0,3598
5	20		-1,45	0,4265	0,08	0,3431
6	25	11	-1,23	0,3907	0,1	0,2907
7	25		-1,23	0,3907	0,11	0,2740
8	25		-1,23	0,3907	0,13	0,2573
9	25		-1,23	0,3907	0,15	0,2407
10	25		-1,23	0,3907	0,16	0,2240
11	25		-1,23	0,3907	0,18	0,2073
12	30	18	-1,00	0,3413	0,2	0,1413
13	30		-1,00	0,3413	0,21	0,1246
14	30		-1,00	0,3413	0,23	0,1079
15	30		-1,00	0,3413	0,25	0,0913
16	30		-1,00	0,3413	0,26	0,0746
17	30		-1,00	0,3413	0,28	0,0579
18	30		-1,00	0,3413	0,3	0,0413
19	40	23	-0,55	0,2088	0,31	0,1078
20	40		-0,55	0,2088	0,33	0,1245
21	40		-0,55	0,2088	0,35	0,1412
22	40		-0,55	0,2088	0,36	0,1578
23	40		-0,55	0,2088	0,38	0,1745
24	45	25	-0,32	0,1255	0,4	0,2745
25	45		-0,32	0,1255	0,41	0,2911
26	50	30	-0,10	0,0398	0,43	0,3935
27	50		-0,10	0,0398	0,45	0,4102
28	50		-0,10	0,0398	0,46	0,4268
29	50		-0,10	0,0398	0,48	0,4435
30	50		-0,10	0,0398	0,5	0,4602
31	55	31	0,12	0,0478	0,51	0,4688
32	60	37	0,35	0,1368	0,53	0,3965
33	60		0,35	0,1368	0,55	0,4132
34	60		0,35	0,1368	0,56	0,4298
35	60		0,35	0,1368	0,58	0,4465
36	60		0,35	0,1368	0,6	0,4632
37	60		0,35	0,1368	0,61	0,4798
38	65		0,57	0,2157	0,63	0,4176
39	65		0,57	0,2157	0,65	0,4343
40	65		0,57	0,2157	0,66	0,4509
41	65		0,57	0,2157	0,68	0,4676

42	65	49	0,57	0,2157	0,7	0,4843
43	65		0,57	0,2157	0,71	0,5009
44	65		0,57	0,2157	0,73	0,5176
45	65		0,57	0,2157	0,75	0,5343
46	65		0,57	0,2157	0,76	0,5509
47	65		0,57	0,2157	0,78	0,5676
48	65		0,57	0,2157	0,8	0,5843
49	65		0,57	0,2157	0,81	0,6009
50	70	50	0,80	0,2881	0,83	0,5452
51	80	51	1,25	0,3944	0,85	0,4556
52	85	55	1,48	0,4306	0,86	0,4360
53	85		1,48	0,4306	0,88	0,4527
54	85		1,48	0,4306	0,9	0,4694
55	85		1,48	0,4306	0,91	0,4860
56	90	60	1,70	0,4554	0,93	0,4779
57	90		1,70	0,4554	0,95	0,4946
58	90		1,70	0,4554	0,96	0,5112
59	90		1,70	0,4554	0,98	0,5279
60	90		1,70	0,4554	1	0,5446
Rata-rata	52,25					
Standar Deviasi	22,10					

Statistik Uji :

Nilai terbesar dari $|F(Z) - S(Z)| = 0,6009$

($L_{hitung} = 0$, dan $L_{tabel} = 0,886$ pada taraf signifikansi (α) = 0,05

Untuk jumlah sampel (n) = 60

$L_{hitung} (0,6009) < L_{tabel} (0,886)$

Maka data variabel disimpulkan berdistribusi normal

LAMPIRAN 10**TABULASI DATA KARAKTERISTIK RESPONDEN (IBU)**

NO	KODE	UMUR	PENDIDIKAN	PEND. KELUARGA	TRIMESTER
1	1	1	1	1	1
2	2	2	3	2	1
3	3	3	4	3	2
4	4	3	3	2	3
5	5	4	3	2	3
6	6	3	4	3	1
7	7	2	4	3	1
8	8	1	1	1	2
9	9	3	3	2	1
10	10	2	4	3	3
11	11	2	3	2	1
12	12	1	1	1	1
13	13	1	1	1	1
14	14	4	1	1	3
15	15	2	1	1	1
16	16	3	4	3	2
17	17	3	3	1	1
18	18	2	3	2	1
19	19	1	1	1	3
20	20	1	3	2	1
21	21	4	3	3	3
22	22	2	1	1	1
23	23	3	4	3	2
24	24	2	1	1	3
25	25	2	3	2	1
26	26	1	1	1	3
27	27	2	1	1	1
28	28	3	4	2	2
29	29	2	1	1	1
30	30	3	1	1	3
31	31	2	3	1	1
32	32	4	3	2	3
33	33	2	3	2	1
34	34	2	3	2	1
35	35	3	4	3	2
36	36	2	1	1	1
37	37	3	1	1	1
38	38	2	1	1	1
39	39	2	3	2	2
40	40	2	1	2	1

41	41	2	3	1	3
42	42	2	2	2	2
43	43	1	2	1	1
44	44	2	2	2	1
45	45	4	3	3	1
46	46	3	3	2	3
47	47	3	2	3	3
48	48	1	3	1	3
49	49	1	1	1	3
50	50	4	2	2	3
51	51	2	4	3	3
52	52	2	3	2	1
53	53	1	2	2	2
54	54	2	3	2	1
55	55	1	3	2	3
56	56	2	3	2	1
57	57	4	3	2	3
58	58	2	3	2	1
59	59	2	3	1	1
60	60	1	3	1	2

Keterangan :

Pendidikan

1 : SD

2 : SMP

3 : SMA/SMK

4 : Perguruan Tinggi

Penghasilan Keluarga

1 : 0 - Rp. 1.499.999/bulan

2 : Rp. 1.500.000 – Rp. 3.499.999

3 : Rp. 3.500.00 – Rp. 5.500.000

Usia Ibu

1 : 18-22 tahun

2 : 23-27 tahun

3 : 28-32 tahun

4 : 33-37 tahun

Trimester Kehamilan

1 : Trimester 1 (1-3 bulan)

2 : Trimester 2 (4-6 bulan)

3 : Trimester 3 (7-9 bulan)

Lampiran 11

NILAI KRITIS UNTUK UJI LILIEFORS

	Tarf nyata α				
	0.01	0.05	0.10	0.15	0.20
n = 4	0.417	0.381	0.352	0.319	0.300
5	0.405	0.337	0.315	0.299	0.285
6	0.364	0.319	0.294	0.277	0.265
7	0.348	0.300	0.276	0.258	0.247
8	0.331	0.285	0.261	0.244	0.233
9	0.311	0.271	0.249	0.233	0.223
10	0.294	0.258	0.239	0.224	0.215
11	0.284	0.249	0.230	0.217	0.206
12	0.275	0.242	0.223	0.212	0.199
13	0.268	0.234	0.214	0.202	0.190
14	0.261	0.227	0.207	0.194	0.183
15	0.257	0.220	0.201	0.187	0.177
16	0.250	0.213	0.195	0.182	0.173
17	0.245	0.206	0.189	0.177	0.169
18	0.239	0.200	0.184	0.173	0.166
19	0.235	0.195	0.179	0.169	0.163
20	0.231	0.190	0.174	0.166	0.160
25	0.200	0.173	0.158	0.147	0.142
30	0.187	0.161	0.144	0.136	0.131
n > 30	1.031	0.886	0.805	0.768	0.736

Lampiran 12

Tabel r Pearson Product Moment

N (1)	Interval Kepercayaan		N (1)	Interval Kepercayaan		N (1)	Interval Kepercayaan	
	95%	99 %		95 %	99 %		95 %	99 %
	(2)	(3)		(2)	(3)		(2)	(3)
3	0,997	0,999	27	0,381	0,487	55	0,266	0,345
4	0,950	0,990	28	0,374	0,478	60	0,254	0,330
5	0,878	0,959	29	0,367	0,470	65	0,244	0,317
6	0,811	0,917	30	0,361	0,463	70	0,235	0,306
7	0,754	0,874	31	0,355	0,456	75	0,227	0,296
8	0,707	0,874	32	0,349	0,449	80	0,220	0,286
9	0,666	0,798	33	0,344	0,442	85	0,213	0,278
10	0,632	0,765	34	0,339	0,436	90	0,207	0,270
11	0,602	0,735	35	0,334	0,430	95	0,202	0,263
12	0,576	0,708	36	0,329	0,424	100	0,195	0,256
13	0,553	0,684	37	0,325	0,418	125	0,176	0,230
14	0,532	0,661	38	0,320	0,413	150	0,159	0,210
15	0,514	0,641	39	0,316	0,408	175	0,148	0,194
16	0,497	0,623	40	0,312	0,403	200	0,138	0,181
17	0,482	0,606	41	0,308	0,396	300	0,113	0,148
18	0,468	0,590	42	0,304	0,393	400	0,098	0,128
19	0,456	0,575	43	0,301	0,389	500	0,088	0,115
20	0,444	0,561	44	0,297	0,384	600	0,080	0,105
21	0,433	0,549	45	0,294	0,380	700	0,074	0,097
22	0,423	0,537	46	0,291	0,276	800	0,070	0,091
23	0,413	0,526	47	0,288	0,372	900	0,065	0,086
24	0,404	0,515	48	0,284	0,368	1000	0,062	0,081
25	0,396	0,505	49	0,281	0,364			
26	0,388	0,496	50	0,279	0,361			

Lampiran 14

Perhitungan Standar Deviasi

Konsumsi Asam Folat

No	Responden	Y	Y ²
1	1	266,66	71107,55
2	2	586,66	344169,96
3	3	568,36	323033,09
4	4	231,33	53513,56
5	5	157,66	24856,67
6	6	700	490000
7	7	647	418609
8	8	83,33	6943,88
9	9	400	160000
10	10	498	248004
11	11	266,66	71107,55
12	12	400	160000
13	13	400	160000
14	14	121	14641
15	15	266,66	71107,55
16	16	724,66	525132,12
17	17	400	160000
18	18	340	11560
19	19	80,66	6506,03
20	20	586,66	344169,96
21	21	536,66	288003,96
22	22	40,33	1626,50
23	23	538	289444
24	24	120	14400
25	25	400	160000
26	26	44,66	1994,51
27	27	400	160000
28	28	340	115600
29	29	266,66	71107,55
30	30	40,33	1626,50
31	31	266,66	71107,55
32	32	453,33	205508,09
33	33	524,66	275268,12
34	34	400	160000
35	35	650	422500
36	36	310	96100
37	37	133,33	17776,88
38	38	440,33	193890,51
39	39	536,66	288003,96

40	40	606,66	368036,36
41	41	85	7225
42	42	226,66	51374,75
43	43	95,5	9120,25
44	44	195,33	38153,80
45	45	133,33	17776,88
46	46	367,33	134931,33
47	47	161,33	26027,36
48	48	123,66	151291,79
49	49	538	289444
50	50	287	82369
51	51	310	96100
52	52	307	94249
53	53	226,66	51374,75
54	54	513,66	263846,6
55	55	400	160000
56	56	184	33856
57	57	226,66	51374,756
58	58	128	16384
59	59	586,66	344169,96
60	60	195,33	38153,809
	Jumlah	20064,68	192289
	Rata-rata	334,41	147061,32
	SD	187,84	

Lampiran 15

Perhitungan Normalitas Data Variabel (Y) Konsumsi Asam Folat

No	Nilai Y	F kum	$Z=(X-M)/SD$	F(Z)	S(Z)	F(Z) - S(Z)
1	40,33	1	-1,56	0,4406	0,01	0,4072
2	40,33		-1,56	0,4406	0,03	0,4072
3	44,66	3	-1,54	0,4382	0,05	0,3882
4	80,66	4	-1,35	0,4115	0,06	0,3448
5	83,33	5	-1,33	0,4099	0,08	0,3265
6	85	6	-1,32	0,4082	0,1	0,3082
7	95,5	7	-1,27	0,398	0,11	0,2813
8	120	8	-1,14	0,3729	0,13	0,2395
9	121	9	-1,13	0,3708	0,15	0,2208
10	123,66	10	-1,12	0,3686	0,16	0,2019
11	128	11	-1,09	0,3621	0,18	0,1787
12	133,33	12	-1,07	0,3577	0,2	0,1577
13	133,33		-1,07	0,3577	0,21	0,1410
14	157,66	14	-0,94	0,3264	0,23	0,0930
15	161,33	15	-0,92	0,3212	0,25	0,0712
16	184	16	-0,80	0,2881	0,26	0,0214
17	195,33	17	-0,74	0,2704	0,28	0,0129
18	195,33		-0,74	0,2704	0,3	0,0296
19	226,66	19	-0,57	0,2157	0,31	0,1009
20	226,66		-0,57	0,2157	0,33	0,1176
21	226,66		-0,57	0,2157	0,35	0,1343
22	266,66	22	-0,36	0,1406	0,36	0,2260
23	266,66		-0,36	0,1406	0,38	0,2427
24	266,66		-0,36	0,1406	0,4	0,2594
25	266,66		-0,36	0,1406	0,41	0,2760
26	266,66		-0,36	0,1406	0,43	0,2927
27	231,33	27	-0,54	0,2054	0,45	0,2446
28	287	28	-0,25	0,0987	0,46	0,3679
29	307	29	-0,14	0,0557	0,48	0,4276
30	310	30	-0,12	0,0478	0,5	0,4522
31	310		-0,12	0,0478	0,51	0,4688
32	340	32	0,02	0,008	0,53	0,5253
33	340		0,02	0,008	0,55	0,542
34	367,33	34	0,17	0,0675	0,56	0,4991
35	400	35	0,34	0,1331	0,58	0,4502
36	400		0,34	0,1331	0,6	0,4669
37	400		0,34	0,1331	0,61	0,4835
38	400		0,34	0,1331	0,63	0,5002
39	400		0,34	0,1331	0,65	0,5169
40	400		0,34	0,1331	0,66	0,5335
41	400		0,34	0,1331	0,68	0,5502

42	400		0,34	0,1331	0,7	0,5669
43	440,33	43	0,56	0,2123	0,71	0,5043
44	453,33	44	0,63	0,2357	0,73	0,4976
45	498	45	0,87	0,3078	0,75	0,4422
46	513,66	46	0,95	0,3289	0,76	0,4377
47	524,66	47	1,01	0,3438	0,78	0,4395
48	536,66	48	1,07	0,3577	0,8	0,4423
49	536,66		1,07	0,3577	0,81	0,4589
50	538	50	1,08	0,3599	0,83	0,4734
51	538		1,08	0,3599	0,85	0,4901
52	568,36	52	1,24	0,3925	0,86	0,4741
53	586,66	53	1,34	0,4099	0,88	0,4734
54	586,66		1,34	0,4099	0,9	0,4901
55	586,66		1,34	0,4099	0,91	0,5067
56	606,66	56	1,44	0,4251	0,93	0,5082
57	647	57	1,66	0,4515	0,95	0,4985
58	650	58	1,68	0,4535	0,96	0,5131
59	700	59	1,94	0,4738	0,98	0,5095
60	724,66	60	2,07	0,4808	1	0,5192
average	334,41					
Stdev	187,84					

Statistik Uji :

Nilai terbesar dari $|F(Z) - S(Z)| = 0,5669$

($L_{hitung} = 0$, dan $L_{tabel} = 0,886$ pada taraf signifikansi (α) = 0,05

Untuk jumlah sampel (n) = 60

$L_{hitung} (0,5669) < L_{tabel} (0,886)$

Maka data variabel disimpulkan berdistribusi normal

Lampiran 16

Perhitungan Uji Linieritas dengan Persamaan Regresi Linier

Persamaan regresi linier sederhana :

$$Y = a + bX$$

Dimana : a = konstanta

b = koefisien regresi

Y = Variabel dependen (variabel tak bebas)

X = Variabel independen (variabel bebas)

Untuk mencari rumus a dan b dapat digunakan metode Least Square sbb:

$$b = \frac{n \cdot XY - X \cdot Y}{n \cdot X^2 - X^2} = \frac{60 \cdot 1187421,7 - 3133 \cdot 20064,68}{60 \cdot 192289 - 3133^2}$$

$$= \frac{71245302 - 62862642,44}{11537340 - 9815689} = \frac{8382659,56}{1721651} = 4,8689$$

$$a = \frac{Y - b \cdot X}{n} = \frac{20064,68 - 4,8689 \cdot 3133}{60} = \frac{200364,68 - 15254,469}{60} = 80,170177$$

$$Y = 80,17 + 4,869X$$

Lampiran 17. Perhitungan Koefisien Korelasi Antara Pengetahuan Ibu (X) Dengan Konsumsi Asam Folat (Y)

Responden	X	Y	X²	Y²	XY
1	30	266,66	900	71107,55	7999,8
2	60	586,66	3600	344169,96	35199,6
3	85	568,36	7225	323033,09	568,36
4	65	231,33	4225	53513,56	15036,45
5	65	157,66	4225	24856,67	10247,9
6	90	700	8100	490000	63000
7	83	647	7225	418609	53701
8	30	83,33	900	6943,88	2499,9
9	65	400	4225	160000	26000
10	90	498	8100	248004	44820
11	65	266,66	4225	71107,55	17332,9
12	30	400	900	160000	12000
13	20	400	400	160000	8000
14	25	121	625	14641	3025
15	30	266,66	900	71107,55	7999,8
16	90	724,66	8100	525132,12	65219,4
17	60	400	3600	160000	24000
18	80	340	6400	11560	27200
19	20	80,66	400	6506,03	1613,2
20	65	586,66	4225	344169,96	37566,2
21	70	536,66	4900	288003,96	37566,2
22	30	40,33	900	1626,50	1209,9
23	85	538	7225	289444	45730
24	25	120	625	14400	3000
25	65	400	4225	160000	26000
26	20	44,66	400	1994,51	893,2
27	20	400	400	160000	8000
28	85	340	7225	115600	28900
29	25	266,66	625	71107,55	6666,5
30	30	40,33	900	1626,50	1209,9
31	65	266,66	4225	71107,55	17332,9
32	50	453,33	2500	205508,09	22666,5
33	65	524,66	4225	275268,12	34102,9
34	50	400	2500	160000	20000
35	90	650	8100	422500	58500
36	25	310	625	96100	7750
37	20	133,33	400	17776,88	2666,6

38	25	440,33	725	193890,51	11008,25
39	65	536,66	4225	288003,96	34882,9
40	90	606,66	8100	368036,36	54599,4
41	40	85	1600	7225	3400
42	30	226,66	900	51374,75	6799,8
43	45	95,5	2025	9120,25	4297,5
44	40	195,33	1600	38153,80	7813,2
45	60	133,33	3600	17776,88	7999,8
46	45	367,33	2025	134931,33	16529,85
47	60	161,33	3600	26027,36	9679,8
48	40	123,66	1600	151291,79	4946,4
49	25	538	625	289444	13450
50	50	287	2500	82369	14350
51	65	310	4225	96100	20150
52	40	307	1600	94249	12280
53	50	226,66	2500	51374,75	11333
54	40	513,66	1600	263846,6	20546,4
55	50	400	2500	160000	20000
56	65	184	4225	33856	11960
57	60	226,66	3600	51374,756	13599,6
58	65	128	4225	16384	8320
59	60	586,66	3600	344169,96	35199,6
60	55	195,33	3025	38153,809	10743,15
Jumlah	3135	20064,68	192289	8791720	1187422

Lampiran 18

Data Perhitungan Koefisien Korelasi Antara Pengetahuan Ibu (X) dengan Konsumsi Asam Folat (Y)

1. Perhitungan Manual

Untuk mengetahui koefisien korelasi penelitian hubungan antara status gizi dengan kesulitan belajar anak sekolah dasar melalui rumus korelasi *Product Moment*, maka ditempuh langkah-langkah berikut :

$$\Sigma x = 3133 \qquad \Sigma y = 20064,68 \qquad \Sigma x^2 = 192289$$

$$\Sigma y^2 = 8791720$$

$$\Sigma xy = 1187422 \quad n = 60$$

Memasukan harga-harga yang diperoleh ke dalam rumus Korelasi *Pearson*

Product Moment :

$$\begin{aligned} r_{xy} &= \frac{n \cdot \Sigma xy - (\Sigma x)(\Sigma y)}{(\Sigma x^2 - (\Sigma x)^2)(\Sigma y^2 - (\Sigma y)^2)} \\ &= \frac{60 \cdot 1187422 - 3133 \cdot 20064,68}{(60 \cdot 192289 - (3133)^2)(60 \cdot 8791720 - (20064,68)^2)} \\ &= \frac{71245302 - 62862642}{11537340 - 9815689 \quad 527503172 - 402591383,5} \\ &= \frac{8382660}{1721651 (124911788,5)} = \frac{8382660}{215054505647547} \\ &= \frac{8382660}{14664736,81} = 0,5716 \end{aligned}$$

1. Koefisien Penentu Determinan

$$\begin{aligned} KD &= r^2 \times 100\% = (0,5716)^2 \times 100\% = 0,3267 \times 100\% \\ &= 32,67\% \end{aligned}$$

$r_{hitung} \geq r_{tabel}$, maka tolak H_0

$r_{hitung} \leq r_{tabel}$, maka terima H_0

Kesimpulan

Berdasarkan perhitungan diatas $\alpha = 0,05$ dan $n = 60$. Sehingga diperoleh $r_{tabel} = 0,254$. $r_{hitung} > r_{tabel}$ yaitu $0,571 > 0,254$, maka H_0 ditolak. Artinya terdapat hubungan antara pengetahuan ibu dengan konsumsi asam folat.

Lampiran 19***Food Recall* Konsumsi Asam Folat**

Responden	Hari ke 1	Hari ke 2	Hari ke 3	Rata-rata
1	400	0	400	266,66
2	740	680	340	586,66
3	340	680	685,1	568,36
4	452	0	242	231,33
5	36,5	436,5	0	157,66
6	740	680	680	700
7	400	740	801	647
8	0	0	250	83,33
9	400	400	400	400
10	680	814	0	498
11	0	400	400	266,66
12	400	400	400	400
13	400	400	400	400
14	0	0	363	121
15	400	0	400	266,66
16	814	680	680	724,66
17	400	400	400	400
18	680	340	0	340
19	0	0	242	80,66
20	400	680	740	586,66
21	680	340	590	536,66
22	0	0	121	40,33
23	680	400	534	538
24	0	360	0	120
25	400	400	400	400
26	0	0	134	44,66
27	400	400	400	400
28	340	0	680	340
29	400	0	400	266,66
30	0	0	121	40,33
31	400	400	0	266,66
32	0	680	680	453,33
33	340	400	834	524,66
34	400	400	400	400
35	680	930	340	650
36	250	340	340	310
37	0	0	400	133,33
38	400	521	400	1321
39	680	680	250	536,66
40	400	740	680	606,66

41	134	121	0	85
42	0	0	680	226,66
43	0	36,5	250	95,5
44	400	52	134	195,33
45	400	0	0	133,33
46	452	400	250	367,33
47	242	242	0	161,33
48	250	0	121	123,66
49	680	400	534	538
50	340	121	400	287
51	340	590	0	310
52	121	400	400	307
53	0	0	680	226,66
54	801	740	0	513,66
55	400	400	400	400
56	250	250	52	184
57	0	680	0	226,66
58	0	250	134	16384
59	680	340	740	586,66
60	400	134	52	195,33

PENDAHULUAN

Dari seluruh daur kehidupan manusia, masa kehamilan adalah periode yang paling kritis tetapi sekaligus unik. Selama waktu hamil, semua pengalaman biologik yang sudah lampau bersama dengan proses yang sedang dialaminya membentuk suatu dasar kehidupan lain yang selanjutnya akan menjadi generasi penerus. Dimulai dari saat konsepsi hingga dilahirkan, ibu dan anak merupakan satu kesatuan yang erat dan tidak terpisahkan. Kesehatan ibu, fisik maupun mental, sangat berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan janin dalam kandungannya.

Selama masa kehamilan, kebutuhan gizi ibu hamil yang seimbang sangat dibutuhkan oleh ibu hamil karena makanan ibu hamil diperlukan untuk dirinya dan bayi yang dikandungnya. Ibu hamil harus menjaga keseimbangan nutrisi, termasuk mengonsumsi makanan yang banyak mengandung asam folat. Asam folat salah satu nutrisi penting dikonsumsi selama kehamilan karena diperlukan untuk mengoptimalkan perkembangan janin, sekaligus mendukung kesehatan ibu.

Asam folat adalah satu jenis vitamin B yang merupakan kunci perkembangan dan metabolisme sel. Folat merupakan kandungan alami dalam seluruh makanan, sementara folic acid adalah bentuk sintetisnya yang bisa Anda temukan dalam suplemen dan produk-produk yang sudah diperkaya.

Folat sebenarnya tergolong vitamin B yang larut dalam air dan cepat rusak bila terkena panas. Karena itu, dianjurkan tidak memasak bahan-bahan makanan yang mengandung asam folat terlalu lama atau menyeduhkannya dengan air panas.

Fungsinya untuk tubuh. Bagi Anda yang sedang hamil atau berencana ingin hamil, mengonsumsi suplemen asam folat merupakan keharusan, karena pada masa kehamilan itu terjadi pertumbuhan sel-sel baru dan perawatannya. Asam folat juga dapat menurunkan risiko preeklampsia dan kelahiran prematur, serta mengurangi risiko cacat lahir hingga 50 – 70 persen.

Kekurangan asam folat juga bisa mengakibatkan anemia dan masalah-masalah lainnya. Kekurangan asam folat biasanya terjadi pada orang-orang yang memiliki masalah pencernaan, ginjal, liver, atau mereka yang kecanduan alkohol.

Asam folat bisa Anda dapatkan dari makanan-makanan Sayuran berhijau daun,

seperti bayam, brokoli, dan kol. Kacang kedelai, kacang kapri, dan tanamana kacang-kacangan lainnya Buah-buahan seperti lemon, pisang, dan melon. Produk-produk yang sudah diperkaya, seperti pada roti, jus, dan sereal.

Sebenarnya, asam folat perlu diberikan sejak empat bulan sebelum kehamilan. Itu sebabnya mengapa kehamilan sebenarnya harus direncanakan dan dipersiapkan sejak jauh-jauh hari.

Dan untuk takarannya, Departemen Kesehatan AS, merekomendasikan semua wanita untuk mengonsumsi asam sebesar 400 mikrogram per hari. Sementara bagi Anda yang sedang hamil, tentu kebutuhannya lebih tinggi lagi, yaitu 600 mikrogram per hari. Apalagi bagi ibu yang pernah melahirkan bayi cacat, harus mengonsumsi asam folat minimal 1-4 miligram per hari atau 10 kali dosis normal.

Setelah melihat begitu pentingnya mengonsumsi asam folat ketika masa kehamilan peneliti ingin melihat peranan pengetahuan dengan konsumsi asam folat pada ibu hamil di Puskesmas Kecamatan Pasar Minggu.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Kecamatan Pasar Minggu, Jakarta Selatan. Waktu penelitian dilakukan terhitung mulai bulan April sampai dengan Juni 2013. Sampel berjumlah 60 ibu hamil.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survey dengan menggunakan desain *correlational analyze tecnic* adalah suatu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor dan resiko efek, dengan cara pendekatan observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat (*point tine approach*). Metode ini sesuai dengan tujuan penelitian yang ingin dicapai untuk mengetahui variable bebas (pengetahuan ibu hamil) yang mempengaruhi dengan variable terikat (konsumsi asam folat). Penelitian yang bersifat deskriptif yaitu penelitian yang menuturkan pemecahan masalah yang ada berdasarkan data – data. Penelitian dilakukan dengan wawancara dan pengisian kuesioner oleh responden yaitu para ibu hamil yang memeriksakan kandungan ke Puskesmas Kecamatan Pasar Minggu. Dalam hal ini, peneliti melakukan observasi terhadap responden tanpa adanya intervensi.

Berdasarkan kerangka pemikiran diatas, maka dapat dirumuskan hipotesis

No	jawaban benar	Kategori	Jumlah responden
1	< 60%	kurang	31
2	60- 80%	cukup	19
3	> 80%	baik	10

dalam penelitian ini sebagai berikut : “ Terdapat hubungan antara pengetahuan dengan konsumsi asam folat pada ibu hamil (studi pada Puskesmas Kecamatan Pasar Minggu, Jakarta Selatan)”

Perumusan hipotesis untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara pengetahuan dengan konsumsi asam folat pada ibu hamil.

H_0 : $\rho = 0$

H_1 : $\rho \neq 0$

Keterangan :

H_0 : tidak ada hubungan antara pengetahuan ibu hamil terhadap konsumsi asam folat.

H_1 : ada hubungan antara pengetahuan ibu hamil terhadap konsumsi asam folat

ρ : koefisien korelasi dua variabel

Untuk menguji hipotesis statistik maka digunakan uji korelasi Pearson Product Moment dengan rumus sebagai berikut:

$$Korelasi = r_{xy} = \frac{n \sum x_i y_i - \sum x_i \sum y_i}{\sqrt{n \sum x_i^2 - (\sum x_i)^2} \cdot \sqrt{n \sum y_i^2 - (\sum y_i)^2}}$$

Keterangan :

r_{xy} = Koefisien korelasi

n = Jumlah responden

X_i = Skor responden

Y_i = Skor total responden

$\sum X_i$ = Jumlah skor variabel x

$\sum y_i$ = Jumlah skor variabel y

$\sum x_i y_i$ = Jumlah perkalian skor variabel x dan y

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dilihat dari rata rata skor yang diperoleh bahwa pengetahuan ibu hamil dalam kategori kurang. Hasil skor tertinggi pada pengetahuan ibu hamil adalah sebesar 90 sebanyak 5 reponden, sementara pada *food recall* konsumsi asam folat yang tertinggi 724,66 mcg hanya 1 responden.

Tabel 1

Hasil *food recall* konsumsi asam folat

No	kategori konsumsi	jumlah
----	-------------------	--------

	Asam folat	ibu
1	600-800 mcg	5
2	< 600 mcg	55

Tabel 2

Hasil skor pengetahuan ibu

Tabel 3

Hasil Uji Normalitas Distribusi Data Dengan Liliefors

Data	Liliefors	L_{tabel}	Kesimpulan
Pengetahuan ibu	0,6009	0,886	Normal
Konsumsi asam folat	0,5669	0,886	Normal

Hasil analisis diperoleh taraf signifikansi untuk pengetahuan ibu didapat nilai $L_{hitung} = 0,6009$; $L_{tabel} = 0,886$, untuk konsumsi asam folat di dapat $L_{hitung} = 0,5669$; $L_{tabel} = 0,886$. Karena L_{hitung} untuk seluruh variabel lebih kecil dari L_{tabel} pada tingkat α 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa data pada variabel pengetahuan ibu dan konsumsi asam folat berdistribusi normal.

Berdasarkan uji pearson product moment peranan pengetahuan terhadap konsumsi asam folat menunjukkan $r_{hitung} >$ dari r_{tabel} pada $\alpha = 0,05$ yang berarti H_0 ditolak atau H_1 diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa pengetahuan berperan penting terhadap konsumsi asam folat. hal ini di karenakan Tingkat pengetahuan seseorang diperoleh dari pengalaman sendiri maupun dari pengalaman orang lain, serta dari latar belakang pendidikannya, karena tingkat pendidikan dapat menentukan mudah tidaknya seseorang menyerap dan memahami ilmu pengetahuan gizi yang diperoleh selama ini.

Perilaku makan terbentuk berdasarkan petunjuk yang didapatkannya dari keluarga demikian pula penerimaan mereka terhadap makanan sangat dipengaruhi oleh apa yang pernah didapatkannya dari lahir. Pendidikan gizi dapat mengeliminasi ketidaktahuan dalam pemilihan bahan makanan yang berkualitas.

Semakin tinggi pendidikan seseorang, maka akan mempunyai pendapat yang lebih baik terhadap sesuatu seperti bahan makanan yang baik dikonsumsi oleh ibu hamil. Seseorang yang memiliki pendidikan tinggi cenderung lebih memilih makanan yang

lebih baik dibandingkan mereka yang berpendidikan rendah sehingga dapat membawa pola pikir dan sikap ibu kepada penerapan pola makan yang baik.

SIMPULAN

Hasil penelitian yang membuktikan bahwa pengetahuan berperan dalam konsumsi asam folat. Semakin tinggi pengetahuan maka semakin tinggi konsumsi asam folat, sedangkan faktor lainnya dipengaruhi kondisi fisik dan kondisi psikis ibu hamil.

Daftar Pustaka

- Arikunto, Suharsimi, 2005. *Dasar-Dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara
- Kristiyanti, W, 2010. *Gizi Ibu Hamil*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Saryono, 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Sukarni, Icesmi dkk, 2013. *Kehamilan, Persalinan dan Nifas*. Yogyakarta: Nuha Medika.

RIWAYAT HIDUP



GUSTI KETUT AGUSTINI, putri keempat dari empat bersaudara, pasangan I Gusti Nyoman Sayang dan I Gusti Ketut Saratni. Penulis dilahirkan di Jakarta, 07 Agustus 1991 dan bertempat tinggal di Jln. Pemuda II Rt 010/01 No. 24 Rawamangun Jakarta Timur 13220.

Riwayat Pendidikan : Penulis memulai pendidikan formal di TK Mutiara. Kemudian di SDN Rawamangun 07 Pagi. Selanjutnya melanjutkan studi di SLTPN 99 Jakarta Timur. Lalu meneruskan pendidikan di SMAN 22 Jakarta Timur. Kemudian melanjutkan studi di UNJ, Jurusan IKK, Prodi Pendidikan Tata Boga melalui jalur Penerimaan Mahasiswa Baru (PENMABA).

Pengalaman Lapangan : Penulis pernah mengikuti Program Pengalaman Lapangan (PPL) di SMK KARTINI Jakarta, Pengalaman Kerja Lapangan (PKL) di TIDAR CATERING.

Pengalaman Kerja : Penulis masih aktif menjadi Pelatih Ekstrakurikuler Tata Boga di SMA LABSCHOOL CIBUBUR, Instruktur Tata Boga di PPKD Jakarta Utara.

Pengalaman Organisasi : Selama di UNJ, Penulis menjadi Kesekretariatan (2010) Bendahara harian (2011), di Unit Kegiatan Mahasiswa, Keluarga Mahasiswa Hindu Budhha (UKM KMHB).

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

DATA PRIBADI

Nama : Gusti Ketut Agustini
Jenis Kelamin : Perempuan
Tempat Tanggal lahir : Jakarta, 07 Agustus 1991
Kewarganegaraan : Indonesia
Status : Belum Menikah
Tinggi & Berat badan : 158 cm, 43 kg
Agama : Hindu
Alamat : Jln. Rawamangun Tegalan RT/RW 010/001 Kelurahan
Rawamangun Kecamatan Pulogadung 13220
No Telepon : 085693540909

PENDIDIKAN FORMAL

1996 – 1997 : Taman Kanak-kanak Mutiara Jakarta
1997 – 2003 : Sekolah Dasar Negeri Rawamangun 07 Pagi Jakarta
2003 – 2006 : Sekolah Menengah Pertama Negeri 99 Jakarta
2006 – 2009 : Sekolah Menengah Atas Negeri 22 Jakarta
2009 – 2015 : Prodi Pend. Tata Boga Universitas Negeri Jakarta

PENGALAMAN LAPANGAN

2010 : *Table Manner* di Hotel Ciputra, Jakarta
2012 : *Micro Teaching* di Universitas Negeri Jakarta
2012 : *Table manner* di Hotel Red Top Jakarta
2012 : Praktek Pengalaman Lapangan SMK Kartini
2013 : Pengalaman Kerja Lapangan di TIDAR Katering

PENGALAMAN KERJA

SMA Labschool Cibubur

Jabatan : Pelatih Ekstrakurikuler Kuliner
Masa Jabatan : September 2013 - Januari 2015

Pusat Pelatihan Kerja Daerah Jakarta Utara

Jabatan : Instruktur Pendamping Tata Boga
Masa Jabatan : April 2014 - sekarang

Demikian daftar riwayat hidup ini saya buat dengan sebenarnya.

Hormat Saya

Gusti Ketut Agustini