

SKRIPSI

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN KEKURANGAN
ENERGI KRONIK (KEK) PADA IBU HAMIL DI WILAYAH
PUSKESMAS SE KOTA BENGKULU
TAHUN 2026**



Oleh :

RIYA WAHYUNI

P0 1740325146

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BENGKULU
PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM
SARJANA TERAPAN
2026**

SKRIPSI

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN KEKURANGAN
ENERGI KRONIK (KEK) PADA IBU HAMIL DI WILAYAH
PUSKESMAS SE KOTA BENGKULU
TAHUN 2026**

**Skripsi Ini Diajukan Sebagai
Salah Satu Syarat Untuk Menyelesaikan Mata Kuliah Karya Tulis Ilmiah**



Oleh :

**RIYA WAHYUNI
P0 1740325146**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BENGKULU
PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM
SARJANA TERAPAN
2026**

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN KEKURANGAN
ENERGI KRONIK (KEK) PADA IBU HAMIL Di WILAYAH
PUSKESMAS SE KOTA BENGKULU
TAHUN 2026**

Yang Dipersiapkan dan Dipersembahkan Oleh:

RIYA WAHYUNI
NIM. P01740325146

**Skripsi ini Telah Diperiksa Dan Disetujui Untuk Dipresentasikan Dihadapan
Tim Penguji Poltekkes Kemenkes Bengkulu Jurusan Kebidanan**

Pada Tanggal : 29 Juni 2026

Oleh

Pembimbing Skripsi

Pembimbing I



Sri Mulyati, SKM.M.Kes
NIP. 196302221984012001

Pembimbing II



Ratna Dewi, SKM.MPH
NIP. 197810142001122001

**HALAMAN PENGESAHAN
SKRIPSI**

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN KEKURANGAN
ENERGI KRONIK (KEK) PADA IBU HAMIL DI WILAYAH
PUSKESMAS SE KOTA BENGKULU
TAHUN 2026**

Yang Dipersiapkan dan Dipresentasikan Oleh:

RIYA WAHYUNI
P01740325146

Skripsi Ini Telah Diuji Dan Dipresentasikan Dihadapan Tim Penguji Poltekkes
Kemenkes Bengkulu Jurusan Kebidanan
Pada Tanggal 29 Juni 2026
Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat Untuk Diterima

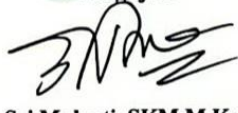
Ketua Dewan Penguji


Bdn. Dwie Yunita Baska, SST.M.Keb
NIP. 198806232009032001

Penguji I


Rolita Efriani, SST.M.Keb
NIP. 199308272020122010

Penguji II


Sri Mulyati, SKM.M.Kes
NIP. 196302221984012001

Penguji III


Ratna Dewi, SKM.MPH
NIP. 197810142001122001

Mengesahkan
Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan
Poltekkes Kemenkes Bengkulu


Lusi Andriani, SST., M.Kes
NIP. 198008192002122002

SURAT PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT DAN MEMALSUKAN DATA

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Riya Wahyuni

Tempat, Tanggal Lahir : Megang Sakti III, 30 April 2003

NIM : P01740325146

Program Studi : Sarjana Terapan Kebidanan

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul “Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronik (KEK) Pada ibu hamil di Wilayah Puskesmas Se Kota Bengkulu Tahun 2026”

1. Adalah benar hasil karya saya sendiri (tidak hasil plagiat)
2. Tidak didasarkan pada data palsu

Apabila pada dikemudian hari terbukti pernyataan saya tidak benar, saya bersedia mempertanggung jawabkan sesuai dengan aturan yang berlaku.

Demikianlah surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya.

Bengkulu, Juni 2026
Yang Menyatakan



Riya Wahyuni
Nim : P01740325146

BIODATA



Nama : Riya Wahyuni

Jenis Kelamin : Perempuan

Tempat, Tanggal Lahir : Megang Sakti III, 30 April 2003

Email : riyawahyuni575@gmail.com

Agama : Islam

Kebangsaan : Indonesia

Status : Belum Menikah

Alamat : Nusa Indah

Anak Ke : Kedua dari 3 saudara

Riwayat Pendidikan

1. SD Negeri Sekunder VI
2. SMP Negeri Megang Sakti
3. SMA Negeri 2 Rejang Lebong
4. D-3 Poltekkes Kemenkes Bengkulu Kampus B

**Program Studi Kebidanan Program Sarjana Terapan, Jurusan Kebidanan
Poltekkes Kemenkes Bengkulu**

Skripsi, Juni 2026

Riya Wahyuni, Sri Mulyati, Ratna Dewi, Dwie Yunita Baska, Rolita Efriani

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN KEKURANGAN
ENERGI KRONIK (KEK) PADA IBU HAMIL DI WILAYAH
PUSKESMAS SE KOTA BENGKULU TAHUN 2026**

XVI+60 Halaman, 4 Tabel, 3 Bagan, 12 Lampiran

ABSTRAK

Kekurangan Energi Kronik (KEK) pada ibu hamil merupakan salah satu masalah gizi yang masih menjadi perhatian karena dapat meningkatkan risiko komplikasi pada ibu dan janin. Salah satu faktor yang diduga berhubungan dengan kejadian KEK adalah pola makan. Pola makan yang tidak memenuhi kebutuhan energi dan zat gizi selama kehamilan dapat meningkatkan risiko terjadinya KEK.

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini yaitu penelitian kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Sampel penelitian berjumlah 109 ibu hamil trimester II yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Pengumpulan data pola makan menggunakan kuesioner *Food Frequency Questionnaire (FFQ)*, sedangkan kejadian KEK diukur berdasarkan Lingkar Lengan Atas (LILA). Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji *Chi-Square*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya hubungan pola makan dengan kejadian KEK pada ibu hamil yaitu sebagian besar ibu hamil memiliki pola makan dalam kategori baik sebanyak 81 orang (74,3%), sedangkan pola makan kurang sebanyak 28 orang (25,7%). Sebagian besar ibu hamil tidak mengalami KEK (LILA $\geq 23,5$ cm) sebanyak 81 orang (74,3%), sedangkan yang mengalami KEK (LILA $< 23,5$ cm) sebanyak 28 orang (25,7%). Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan nilai $p\text{-value} = 0,016$ ($p < 0,05$). Nilai *Odds Ratio* (OR) = 3,047 menunjukkan bahwa ibu hamil dengan pola makan kurang mempunyai peluang mengalami KEK 3,047 kali lebih besar dibandingkan ibu hamil yang memiliki pola makan baik.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai pentingnya penerapan pola makan bergizi seimbang sesuai kebutuhan selama kehamilan serta pemeriksaan kehamilan secara rutin sebagai upaya pencegahan Kekurangan Energi Kronik (KEK).

Kata Kunci : Pola makan, Kekurangan Energi Kronik (KEK), Ibu Hamil

Midwifery Undergraduate Applied Program, Department of Midwifery, Health Polytechnic of the Ministry of Health Bengkulu
Thesis, June 2025

Riya Wahyuni, Sri Mulyati, Ratna Dewi, Dwie Yunita Baska, Rolita Efriani

THE RELATIONSHIP BETWEEN DIETARY PATTERNS AND THE INCIDENCE OF CHRONIC ENERGY DEFICIENCY (CED) AMONG PREGNANT WOMEN IN THE COMMUNITY HEALTH CENTERS OF BENGKULU CITY, 2026

XVI+60 Pages, 4 Tables, 3 Charts, 12 Appendices

ABSTRACT

Chronic Energy Deficiency (CED) among pregnant women remains a significant nutritional problem because it increases the risk of complications for both the mother and the fetus. One of the factors presumed to be associated with the incidence of CED is dietary pattern. Dietary patterns that do not meet the energy and nutritional requirements during pregnancy may increase the risk of CED.

This study employed a quantitative research method with a cross-sectional design. The study sample consisted of 109 second-trimester pregnant women selected using purposive sampling. Dietary pattern data were collected using the Food Frequency Questionnaire (FFQ), while CED status was assessed based on Mid-Upper Arm Circumference (MUAC) measurements. Data were analyzed using univariate and bivariate analyses with the Chi-Square test.

The results showed an association between dietary patterns and the occurrence of CED among pregnant women. The majority of pregnant women had good dietary patterns, consisting of 81 respondents (74.3%), while 28 respondents (25.7%) had poor dietary patterns. The majority of pregnant women did not experience CED ($MUAC \geq 23.5$ cm), consisting of 81 respondents (74.3%), while 28 respondents (25.7%) experienced CED ($MUAC < 23.5$ cm). The Chi-Square test showed a p-value of 0.016 ($p < 0.05$). The Odds Ratio (OR) of 3.047 indicated that pregnant women with poor dietary patterns had a 3.047 times greater likelihood of experiencing CED compared with pregnant women who had good dietary patterns.

This study is expected to provide information regarding the importance of implementing a balanced diet according to nutritional requirements during pregnancy and attending regular antenatal care as an effort to prevent

Keywords: Dietary Patterns, Chronic Energy Deficiency (CED), Pregnant Women

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

“Allah memang tidak menjanjikan hidupmu akan selalu mudah,tapi dua kali Allah berjanji bahwa:Fa inna ma'al usri yusra inna ma'al usri yusra”

(QS. Al-Insyirah 94;5-6)

“Tugas manusia hanya berjuang,bukan memaksakan hasil. Kita punya kendala tapi Allah punya kendali. Yakinlah jika Allah sudah ikut andil,maka tidak ada kata mustahil”

(Ustadz Hanan Attaki)

PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirabbil'alamin, puji syukur penulis panjatkan atas limpah dan karunia-Nya bisa menyelesaikan Pendidikan Kebidanan Program Sarjana Terapan, Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Bengkulu ini. Begitu besar nikmat ilmu yang telah Allah subhaanahuwa Ta'ala berikan kepada manusia, dengan pertolongan dari Allah dan dukungan serta doa orang-orang tercinta akhirnya skripsi ini dapat diselesaikan tepat pada waktunya, oleh karena itudengan rasa bangga dan Bahagia serta rasa syukur, penulis ucapkan terimakasih kepada :

1. Kepada kedua orangtua tercinta.Meskipun tidak berkesempatan untuk menempuh pendidikan hingga bangku perkuliahan,keduanya selalu mengupayakan agar anak-anaknya dapat menempuh pendidikan setinggi-tingginya.Terimakasih atas setiap tetes keringat dalam setiap langkah pengorbanan dan kerja keras yang dilakukan untuk memberikan yang

terbaik kepada penulis, mengusahakan segala kebutuhan penulis, membimbing dan selalu memberikan kasih sayang yang tulus, motivasi,serta dukungan dan mendoakan penulis dalam keadaan apapun agar penulis mampu bertahan untuk melangkah dalam meraih masa depan. Terimakasih untuk selalu berada disisi penulis dan menjadi alasan bagi penulis dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini.

2. Kepada kakakku dan adikku tersayang, Rahmat Hidayat dan Rohim Hartoni. Terimakasih sudah ikut serta dalam proses penulis menempuh pendidikan selama ini dan telah menjadi keluarga yang selalu menghadirkan tawa,semangat,doa,serta dukungan dalam setiap langkah penulis.
3. Untuk keluarga besarku tercinta, terimakasih yang telah senantiasa memberikan perhatian, kasih sayang,doa dan dukungan yang tiada hentinya dan selalu menjadi support system dalam setiap langkah penulis.
4. Kepada dosen pembimbing ibu Sri Mulyati,SKM. M .Kes dan ibu Ratna Dewi,SKM.MPH., serta dosen penguji ibu Bdn. Dwie YunitaBaska,M.Keb dan Rolita Efriani,SST. M.Keb yang penuh kesabaran dan ketulusan dalam membimbing, memberikan ilmu, serta arahan yang sangat berharga hingga terselesaikannya skripsi ini.
5. Kepada seseorang yang tak kalah penting kehadirannya, Titis Agung Nugroho yang telah menjadi salah satu penyemangat karena selalu ada dalam suka maupun duka dan tak henti-hentinya memberikan semangat dan dukungan serta berkontribusi banyak dalam penulisan skripsi ini,baik tenaga,waktu, maupun materi kepada penulis. Terimakasih telah menjadi

rumah, pendamping dalam segala hal yang menemani, menghibur dalam kesedihan ataupun mendengar keluhan kesah dan memberikan semangat untuk pantang menyerah.

6. Teruntuk sahabatku, Yoke Andalia terimakasih atas setiap waktu yang diluangkan, memberikan dukungan, semangat, serta menjadi rekan yang menemani penulis dari awal perkuliahan sampai selesai skripsi.



KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, yang telah memberikan rahmat dan karunia –nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul “ Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronik (KEK) Pada Ibu Hamil Di Wilayah Puskesmas SeKota Bengkulu”

Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Ibu Linda, SST. M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
2. Ibu Elvi Destariyani, SST. M.Kes selaku Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
3. Ibu Lusi Andriani, SST. M.Keb selaku Ketua Prodi Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
4. Ibu Sri Mulyati SKM.M.Kes selaku dosen pembimbing 1 yang telah memberikan bimbingan, masukan, waktu, motivasi, kesabaran dalam penyusunan proposal penelitian ini
5. Ibu Ratna Dewi SKM. MPH selaku dosen pembimbing 2 yang telah memberikan bimbingan, masukan, waktu, motivasi, kesabaran dalam penyusunan proposal penelitian ini.
6. Ibu Bdn. Dwie Yunita Baska M.Keb selaku Ketua Dewan Penguji yang memberikan arahan dan saran kepada penulis.
7. Ibu Rolita Efriani, SST. M.Keb selaku Penguji I yang memberikan arahan dan saran kepada penulis.

8. Serta seluruh dosen dan staf jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Bengkulu
9. Kedua Orangtua dan Keluarga yang selalu memberikan doa, semangat dan nasehat kepada penulis

Penulis menyadari Skripsi ini tentunya masih banyak kekurangan dan kesalahan baik dalam penulisan maupun penyusunan. Maka dari itu, saya berharap kritik dan saran yang membangun untuk menyempurnakan Skripsi ini, semoga Skripsi ini bermanfaat dan berarti bagi pihak yang membutuhkan.

Bengkulu, 2026



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT DAN MEMALSUKAN DATA.....	iv
BIODATA.....	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT.....	vii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	viii
KATA PENGANTAR.....	xi
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR BAGAN	xvi
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
E. Keaslian Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Kehamilan.....	8
B. Kekurangan Energi Kronik (KEK)	12
C. Pola Makan.....	19
D. Kerangka Teori	36
E. Hipotesis.....	37
BAB III METODE PENELITIAN.....	38
A. Jenis Penelitian dan Rancangan Penelitian	38
B. Kerangka Konsep.....	39

C. Definisi Operasional.....	40
D. Lokasi Penelitian dan Waktu Penelitian	40
E. Populasi dan Sampel	40
F. Instrumen Penelitian.....	42
G. Teknik Pengumpulan Data.....	43
H. Analisis Data.....	44
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	47
A. Hasil Penelitian.....	47
B. Pembahasan.....	50
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	56
A. Kesimpulan.....	56
B. Saran	57
DAFTAR PUSTAKA.....	59



DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian.....	6
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Kejadian KEK Pada Ibu Hamil Di Wilayah Puskesmas Se Kota Bengkulu Tahun 2026.....	48
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Pola Makan Pada Ibu Hamil Di Wilayah Puskesmas Se Kota Bengkulu Tahun 2026	48
Tabel 4.3 Hubungan Pola Makan dengan Kejadian KEK Pada Ibu Hamil di Wilayah Puskesmas Se Kota Bengkulu Tahun 2026	49



DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka Teori	36
Bagan 3.1 Rancangan Penelitian	38
Bagan 3.2 Kerangka Konsep.....	39



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Tumpeng Gizi Seimbang.....	33
Gambar 2.2 Contoh Porsi Makan Ibu Hamil	34



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Organisasi Penelitian
- Lampiran 2 : Lembar Bimbingan
- Lampiran 3 : Surat Permohonan Responden
- Lampiran 4 : Surat Persetujuan Menjadi Responden Penelitian
- Lampiran 5 : Kuisioner Penelitian
- Lampiran 6 : Surat Izin Penelitian Dari Kampus Ke Dinkes Kota Bengkulu
- Lampiran 7 : Surat Izin Penelitian Dinkes Kota Bengkulu
- Lampiran 8 : Surat Izin Penelitian Dari Kampus Ke Puskesmas
- Lampiran 9 : Surat KESBANGPOL
- Lampiran 10 : Surat Etik
- Lampiran 11 : Hasil SPSS
- Lampiran 12 : Dokumentasi Penelitian

