

## HUBUNGAN PERTAMBAHAN BERAT BADAN IBU HAMIL DENGAN BERAT BADAN BAYI DI RSIA SITTI KHADIJAH MAKASSAR

Imran Al Mu'min Khomeny<sup>1</sup>, \*Sri Vitayani<sup>2</sup>, Nur Aulia<sup>3</sup>,  
Nesyana Nurmadilla<sup>4</sup>, Sidrah Darma<sup>5</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Muslim Indonesia

<sup>2</sup>Bagian Ilmu Kesehatan Kulit & Kelamin, Fakultas Kedokteran, Universitas Muslim Indonesia

<sup>3</sup>Bagian Mata, Fakultas Kedokteran, Universitas Muslim Indonesia

<sup>4</sup>Bagian Ilmu Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Muslim Indonesia

<sup>5</sup>Bagian Ilmu Kesehatan Anak Fakultas Kedokteran Universitas Muslim Indonesia

### ABSTRAK

Kehamilan melibatkan aspek fisik, psikologis, dan sosial, dengan kenaikan berat badan ibu hamil menjadi indikator penting untuk menilai kesehatan ibu dan perkembangan janin. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara kenaikan berat badan ibu selama kehamilan dengan berat badan bayi yang lahir di Rumah Sakit Ibu dan Anak Sitti Khadijah 1 Muhammadiyah Makassar. Desain penelitian observasional analitik dengan pendekatan potong lintang digunakan, melibatkan 40 ibu hamil yang melahirkan pada Januari-Februari 2025. Data dikumpulkan melalui rekam medis dan buku Kesehatan Ibu dan Anak, kemudian dianalisis menggunakan uji *Chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar ibu mengalami kenaikan berat badan dalam kategori normal (70,7%) dan 95% bayi lahir dengan berat badan normal. Terdapat hubungan signifikan antara kenaikan berat badan ibu dan berat badan bayi yang lahir, dengan nilai  $p=0,042$ . Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa kenaikan berat badan ibu yang normal atau lebih cenderung melahirkan bayi dengan berat badan normal. Penelitian ini menegaskan pentingnya pemantauan kenaikan berat badan ibu untuk mencegah kelahiran bayi dengan berat badan rendah.

Kata kunci: Kehamilan, Berat Badan Ibu Hamil, Bayi Lahir Normal, Berat Badan Lahir Rendah

### ABSTRACT

*Pregnancy involves physical, psychological, and social aspects, with maternal weight gain being an important indicator for assessing maternal health and fetal development. This study aims to analyze the relationship between maternal weight gain during pregnancy and birth weight of infants born at Sitti Khadijah 1 Muhammadiyah Mother and Child Hospital in Makassar. An analytical observational study with a cross-sectional design was conducted, involving 40 pregnant women who gave birth between January and February 2025. Data were collected through medical records and the Mother and Child Health Book, then analyzed using the Chi-square test. The results showed that most mothers experienced weight gain within the normal category (70.7%), and 95% of babies were born with normal birth weight. There was a significant association between maternal weight gain and birth weight, with a p-value of 0.042. The study concluded that normal or higher maternal weight gain is associated with a higher likelihood of giving birth to infants with normal birth weight. This study emphasizes the importance of monitoring maternal weight gain to prevent low birth weight.*

Keywords: Pregnancy, Maternal Weight, Normal Birth Weight, Low Birth Weight

---

(\*)Korespondensi: [sri.vitayani@umi.ac.id](mailto:sri.vitayani@umi.ac.id)

## **Pendahuluan**

Kehamilan adalah proses biologis yang unik bagi setiap individu, yang melibatkan aspek fisik, psikologis, dan sosial. Meskipun kehamilan umumnya berjalan secara alami, dapat terjadi kondisi patologis yang memengaruhi kesehatan ibu dan bayi.<sup>1</sup> Salah satu indikator penting dalam mengukur kesehatan ibu hamil adalah kenaikan berat badan selama kehamilan. Berat badan ibu yang meningkat secara wajar dapat mencerminkan status gizi yang memadai, yang mendukung perkembangan janin. Rata-rata kenaikan berat badan ibu hamil adalah antara 10-15 kg, dengan variasi yang berbeda pada setiap trimester. Pada trimester I, penambahan berat badan berkisar 2-4 kg, trimester II sekitar 5,6 kg, dan trimester III mencapai 7 kg.<sup>2</sup>

Pertumbuhan janin dan berat badan bayi saat lahir dipengaruhi secara signifikan oleh status gizi ibu, baik sebelum maupun selama kehamilan. Status gizi ibu yang rendah sebelum hamil, yang seringkali tercermin dalam Indeks Massa Tubuh (IMT), dapat meningkatkan risiko komplikasi selama kehamilan, mempengaruhi perkembangan janin, dan berkontribusi pada rendahnya berat badan bayi saat lahir. Selain itu, status gizi selama kehamilan juga memengaruhi berat bayi lahir, yang dapat dipantau melalui kenaikan berat badan ibu, pengukuran lingkaran lengan atas (LLA), dan kadar hemoglobin.<sup>3,4</sup> Keadaan gizi yang kurang memadai pada ibu hamil dapat mengakibatkan bayi lahir dengan BBLR, yang berisiko mengalami gangguan kesehatan, termasuk peningkatan kematian bayi dan ibu. Kenaikan berat badan yang berlebihan atau terlalu sedikit selama kehamilan juga dapat menyebabkan kelahiran bayi dengan berat badan yang tidak sesuai, yang berdampak pada komplikasi kesehatan baik bagi ibu maupun bayi.

Penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa kenaikan berat badan yang tidak sesuai selama kehamilan berhubungan dengan risiko komplikasi persalinan dan bayi lahir dengan berat badan tidak sesuai.<sup>5,6</sup> Beberapa studi juga mengidentifikasi pentingnya pengelolaan berat badan ibu untuk mengurangi risiko komplikasi maternal dan neonatal, seperti diabetes gestasional, hipertensi, dan BBLR.<sup>7,8</sup> Namun, meskipun banyak penelitian yang membahas dampak kenaikan berat badan ibu terhadap berat bayi lahir, penelitian yang dilakukan di tingkat lokal, seperti di RSIA Sitti Khadijah Makassar, masih terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini diperlukan untuk menutupi gap tersebut dengan menggali lebih dalam mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi hubungan tersebut, dengan mempertimbangkan perbedaan sosial dan budaya yang mungkin ada di wilayah Makassar.

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan, hipotesis dalam penelitian ini adalah bahwa ada korelasi antara penambahan berat badan ibu selama kehamilan dengan berat badan bayi saat lahir. Penelitian ini penting untuk dilakukan karena memberikan wawasan lebih dalam mengenai pengaruh status gizi ibu terhadap hasil kehamilan, khususnya berat badan bayi lahir. Pengetahuan ini dapat berkontribusi pada upaya pencegahan komplikasi yang dapat ditimbulkan akibat penambahan berat badan yang tidak terkontrol selama kehamilan. Mengingat dampak kesehatan yang signifikan pada ibu dan bayi, urgensi penelitian ini terletak pada pentingnya pengelolaan berat badan ibu selama kehamilan untuk menghasilkan bayi dengan berat lahir yang sehat dan mengurangi risiko komplikasi kesehatan baik bagi ibu maupun bayi.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara pertambahan berat badan ibu selama kehamilan dengan berat badan bayi saat lahir di RSIA Sitti Khadijah 1 Muhammadiyah Makassar dan mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi kenaikan berat badan ibu selama kehamilan, serta dampaknya terhadap berat badan bayi yang lahir. Manfaat penelitian ini diharapkan dapat

### Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional* untuk menganalisis hubungan antara pertambahan berat badan ibu selama kehamilan dengan berat badan bayi saat lahir di RSIA Sitti Khadijah 1 Muhammadiyah Makassar.<sup>9,10</sup> Data yang digunakan berasal dari laporan rekam medis rumah sakit dan buku Kesehatan Ibu dan Anak (KIA) yang mencatat informasi tentang berat badan ibu selama kehamilan dan berat badan bayi lahir. Penelitian ini dilakukan pada bulan Maret – April 2025 di RSIA Sitti Khadijah 1 Muhammadiyah, Makassar, Sulawesi Selatan. Variabel yang diteliti meliputi pertambahan berat badan ibu hamil sebagai variabel independen dan berat badan bayi lahir sebagai variabel dependen. Pertambahan berat badan ibu selama kehamilan didefinisikan sebagai perubahan berat badan ibu sejak awal hingga akhir kehamilan, yang diukur berdasarkan data rekam medis dan dibagi menjadi kategori kurang, normal, dan lebih. Pertambahan berat badan ibu selama kehamilan didefinisikan sebagai perubahan berat badan ibu sejak awal hingga akhir kehamilan, yang diukur

memberikan informasi yang berguna bagi tenaga medis dan masyarakat, khususnya ibu hamil, dalam mengelola status gizi dan berat badan selama kehamilan. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi acuan dalam pengembangan kebijakan kesehatan yang lebih efektif, serta meningkatkan layanan kesehatan ibu hamil di RSIA Sitti Khadijah Makassar.

berdasarkan data rekam medis dan dibagi menjadi kategori kurang (penambahan BB < 9 kg), normal (penambahan BB 9–14 kg), dan lebih (penambahan BB > 14 kg). Berat badan bayi lahir didefinisikan sebagai berat bayi yang ditimbang satu jam setelah kelahiran, dengan kategori berat badan lahir rendah (<2500 gram), normal (2500-3999 gram), dan lebih (>4000 gram). Populasi penelitian ini adalah semua ibu hamil yang melakukan pemeriksaan antenatal dan melahirkan di RSIA Sitti Khadijah Makassar pada bulan Januari – Februari 2025, dengan sampel yang diambil menggunakan teknik *total sampling*. Kriteria inklusi mencakup ibu hamil dengan data rekam medis lengkap, sedangkan kriteria eksklusi meliputi bayi kembar, bayi lahir prematur, bayi lahir *postterm*, serta ibu dengan hipertensi dan diabetes gestasional.<sup>11,12</sup> Data dikumpulkan melalui dokumentasi dari rekam medis dan buku Kesehatan Ibu dan Anak (KIA), dan kemudian dianalisis menggunakan teknik *editing*, *coding*, dan *data processing* menggunakan *Microsoft Excel* dan *SPSS*.<sup>13</sup>

**Hasil Penelitian**

**Karakteristik Responden**

**Tabel 1. Hasil Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia**

Usia	Frekuensi (N)	Persentase (%)
<20 tahun	0	0
20 – 35 Tahun	33	82,5
>35 tahun	7	17,5
TOTAL	40	100

Tabel 1 menunjukkan distribusi usia responden, di mana sebagian besar ibu hamil berada dalam rentang usia 20 hingga 35 tahun, dengan frekuensi 33 responden (82,5%). Hanya 17,5% dari responden yang berusia lebih dari 35

tahun, sementara tidak ada responden yang berusia di bawah 20 tahun. Hal ini mengindikasikan bahwa mayoritas ibu hamil dalam penelitian ini berada pada usia reproduktif yang optimal untuk hamil.

**Tabel 2. Hasil Distribusi Pertambahan Berat Badan Ibu Hamil**

Pertambahan Berat Badan Ibu Saat Hamil	Frekuensi (N)	Persentase (%)
Pertambahan BB kurang	9	22
Pertambahan BB normal	29	70,7
Pertambahan BB lebih	2	4,9
TOTAL	40	100

Tabel 2 menggambarkan distribusi pertambahan berat badan ibu selama kehamilan. Mayoritas ibu hamil mengalami pertambahan berat badan yang normal, yaitu sebanyak 29 responden (70,7%). Sebanyak 9 ibu (22%) mengalami pertambahan berat badan yang kurang dari yang disarankan,

sementara hanya 2 ibu (4,9%) yang mengalami pertambahan berat badan yang lebih dari kisaran yang dianjurkan. Data ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil mengalami pertambahan berat badan sesuai dengan rekomendasi yang ada.

**Tabel 3. Hasil Distribusi Distribusi Berat Bayi Saat Lahir**

Berat Bayi Lahir	Frekuensi (N)	Persentase (%)
Berat Badan Lahir Rendah	2	5
Berat Badan Lahir Normal	38	95
Berat Badan Lahir Lebih	0	0
TOTAL	40	100

Tabel 3 menunjukkan distribusi berat badan bayi saat lahir, di mana hampir seluruh bayi lahir dengan berat badan normal, yaitu sebanyak 38 bayi (95%). Hanya 2 bayi (5%) yang lahir dengan berat badan rendah (BBLR), dan

tidak ada bayi yang lahir dengan berat badan lebih. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar bayi yang lahir dalam penelitian ini memiliki berat badan yang sesuai dengan rentang normal.

**Tabel 4. Tabulasi Silang Pertambahan Berat Badan Ibu saat Hamil dengan Berat Bayi Saat Lahir**

Pertambahan Berat Badan Ibu Hamil	Berat Badan Bayi Lahir				P-Value
	BBLR		BBLN		
	Jumlah (N)	Persentase (%)	Jumlah (N)	Persentase (%)	
Kurang	2	22.2	7	77.8	0.042
Normal	0	0	29	100	
Lebih	0	0	2	100	

Tabel 4 menampilkan tabulasi silang antara pertambahan berat badan ibu selama kehamilan dengan berat badan bayi saat lahir. Dari tabel ini terlihat bahwa 22,2% ibu dengan pertambahan berat badan kurang melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR), sementara 77,8% melahirkan bayi dengan berat badan lahir normal. Sebaliknya, tidak ada ibu dengan pertambahan berat badan normal atau lebih yang melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah, dan seluruh bayi yang lahir dari ibu dengan pertambahan berat badan normal atau lebih memiliki berat badan lahir normal. Hasil uji statistik menunjukkan adanya hubungan signifikan antara pertambahan berat badan ibu dengan berat badan bayi lahir (*p-value* 0,042).

**Pembahasan**

**Distribusi Usia Ibu Hamil di RSIA Sitti Khadijah**

Berdasarkan temuan penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil di RSIA Sitti Khadijah berada dalam rentang usia 20 hingga 35 tahun, dengan persentase 82,5%. Usia ini merupakan rentang usia reproduktif yang ideal bagi kehamilan, di mana risiko komplikasi selama kehamilan dan persalinan cenderung lebih rendah. Menurut beberapa literatur, usia 20-35 tahun dianggap sebagai usia yang optimal bagi ibu hamil karena memiliki keseimbangan antara kesiapan fisik,

sosial, dan psikologis untuk menjalani kehamilan.<sup>1</sup> Hal ini juga mendukung hasil penelitian ini, yang menunjukkan bahwa mayoritas ibu hamil berada dalam kategori usia yang memiliki peluang lebih besar untuk memiliki kehamilan yang sehat dengan hasil persalinan yang baik. Sementara itu, hanya 17,5% ibu hamil yang berusia lebih dari 35 tahun, yang menunjukkan bahwa usia lanjut pada kehamilan masih relatif rendah di RSIA Sitti Khadijah. Kehamilan pada usia di atas 35 tahun sering kali dikaitkan dengan peningkatan risiko komplikasi, seperti preeklamsia, diabetes gestasional, dan kelahiran prematur.<sup>14</sup> Meskipun demikian, persentase ibu hamil di atas 35 tahun dalam penelitian ini relatif kecil, yang bisa jadi mencerminkan kecenderungan ibu hamil di rumah sakit ini untuk berada pada usia reproduktif yang lebih muda, di mana faktor sosial dan budaya mungkin juga berperan dalam keputusan untuk hamil pada usia tersebut.

**Distribusi Pertambahan Berat Badan Ibu Hamil**

Sebagian besar ibu hamil dalam penelitian ini mengalami pertambahan berat badan yang normal, yaitu sebanyak 29 ibu (70,7%), yang sesuai dengan rekomendasi medis yang ada. Pertambahan berat badan yang normal selama kehamilan berfungsi sebagai indikator bahwa ibu hamil memiliki status gizi yang baik dan memberikan dukungan yang cukup untuk

pertumbuhan janin. Menurut rekomendasi dari *Institute of Medicine* (IOM), penambahan berat badan ibu hamil yang optimal adalah sekitar 11,5-16 kg, yang berkontribusi pada kelahiran bayi dengan berat badan yang sehat dan meminimalkan risiko komplikasi persalinan.<sup>14</sup> Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas ibu hamil di RSIA Sitti Khadijah memiliki penambahan berat badan yang memadai, yang mendukung kesehatan ibu dan bayi. Namun, terdapat 22% ibu yang mengalami penambahan berat badan kurang dari yang disarankan, yang mengindikasikan adanya masalah pada status gizi ibu tersebut. Kurangnya penambahan berat badan selama kehamilan dapat berisiko bagi kesehatan ibu dan janin, termasuk kemungkinan terjadinya bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR).

Sebagai perbandingan, penelitian yang dilakukan pada tahun 2020 menunjukkan bahwa sekitar 30% ibu hamil mengalami penambahan berat badan yang kurang dari yang disarankan, dengan tingkat prevalensi BBLR yang lebih tinggi pada ibu-ibu tersebut. Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan tersebut, yang menunjukkan bahwa kekurangan penambahan berat badan ibu hamil tetap menjadi masalah kesehatan yang signifikan dan berisiko bagi bayi. Beberapa penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa ibu hamil dengan penambahan berat badan yang kurang cenderung memiliki risiko lebih tinggi untuk melahirkan bayi dengan BBLR, yang bisa berakibat pada gangguan kesehatan jangka panjang bagi bayi.<sup>4</sup>

### **Distribusi Berat Badan Bayi Saat Lahir**

Sebagian besar bayi yang lahir di RSIA Sitti Khadijah memiliki berat badan yang normal, yaitu 38 bayi (95%) dari total 40 bayi yang diteliti. Ini

menunjukkan bahwa mayoritas ibu yang melahirkan di rumah sakit ini mampu menjaga kesehatan mereka selama kehamilan sehingga dapat melahirkan bayi dengan berat badan yang optimal. Berat badan bayi yang normal (2500-3999 gram) sering kali dikaitkan dengan hasil persalinan yang lebih baik dan risiko komplikasi yang lebih rendah bagi bayi.<sup>15</sup> Dengan demikian, keberhasilan sebagian besar ibu dalam menjaga kesehatan gizi mereka, yang tercermin pada penambahan berat badan yang normal selama kehamilan, berkontribusi langsung pada berat badan bayi yang lahir sesuai dengan rentang yang sehat. Namun, meskipun sebagian besar bayi lahir dengan berat badan normal, ada 2 bayi (5%) yang lahir dengan berat badan rendah (BBLR), yang menyoroti adanya risiko gizi yang kurang optimal pada sebagian kecil ibu hamil. Berat badan lahir rendah (BBLR).<sup>15</sup>

### **Hubungan Pertambahan Berat Badan Ibu dengan Berat Badan Bayi Lahir**

Pertambahan berat badan yang memadai selama masa kehamilan merupakan indikator penting bagi kesehatan ibu dan perkembangan janin. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa penambahan berat badan ibu yang kurang dari nilai rekomendasi berhubungan dengan peningkatan risiko kelahiran bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR).<sup>16,17</sup> Penelitian yang dilakukan di RSIA Sitti Khadijah Makassar juga mencatat bahwa 22,2% ibu dengan penambahan berat badan yang kurang melahirkan bayi dengan BBLR, sementara seluruh ibu dengan penambahan berat badan normal atau lebih melahirkan bayi dengan berat badan normal, temuan penelitian ini relevan dengan penelitian sebelumnya yang juga menemukan bahwa penambahan berat badan ibu hamil yang kurang dari rekomendasi berhubungan erat dengan peningkatan risiko kelahiran

bayi dengan BBLR. Penelitian mereka menunjukkan bahwa ibu dengan penambahan berat badan yang kurang cenderung melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah, yang berisiko tinggi terhadap berbagai komplikasi kesehatan pada bayi, termasuk gangguan perkembangan dan peningkatan morbiditas serta mortalitas.<sup>18</sup> Hal ini menunjukkan bahwa penambahan berat badan yang tidak memadai berimplikasi langsung pada kesehatan bayi.<sup>17</sup> Selain itu, penelitian menegaskan bahwa sebagian besar ibu dengan penambahan berat badan normal yang menjalani kehamilan di RSIA Sitti Khadijah berhasil melahirkan bayi dengan berat badan yang baik dan normal.<sup>18</sup> Faktor nutrisi, yang tercermin melalui penambahan berat badan ibu selama kehamilan, memainkan peran kunci dalam menentukan berat bayi lahir. Kondisi gizi yang kurang dapat menghambat pertumbuhan janin, sehingga meningkatkan kemungkinan kelahiran bayi dengan berat badan rendah.<sup>19,20</sup>

Penelitian ini juga menunjukkan adanya hubungan signifikan antara penambahan berat badan ibu selama kehamilan dengan berat badan bayi lahir, dengan *p-value* 0,042.<sup>16,17</sup> Hal ini mengindikasikan bahwa jika ibu hamil menjaga penambahan berat badan dalam rentang yang direkomendasikan, maka risiko melahirkan bayi dengan BBLR dapat diminimalisir. Temuan ini selaras dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa intervensi yang berfokus pada peningkatan status gizi ibu berdampak positif terhadap hasil berat badan bayi yang lahir.<sup>21,22</sup> Oleh karena itu, promosi gizi yang adekuat sebelum dan selama kehamilan sangat diperlukan untuk mendukung kesehatan ibu dan bayi.<sup>23,24</sup>

### **Korelasi Pertambahan Berat Badan Ibu dan Berat Bayi Lahir**

Korelasi antara pertambahan berat badan ibu dan berat bayi lahir merupakan isu yang sangat penting dalam penelitian kesehatan ibu dan anak. Penelitian di RSIA Sitti Khadijah Makassar menunjukkan bahwa ibu dengan penambahan berat badan yang sesuai selama kehamilan melahirkan bayi dengan berat badan normal, sedangkan ibu yang mengalami penambahan berat badan kurang memiliki risiko lebih tinggi untuk melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR). Temuan penelitian ini relevan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan dalam kajian literatur juga menemukan bahwa penambahan berat badan ibu yang tidak sesuai dengan rekomendasi berhubungan dengan peningkatan kejadian BBLR di Indonesia. Penelitian ini menegaskan pentingnya pemantauan pertambahan berat badan ibu hamil, karena kekurangan penambahan berat badan selama kehamilan meningkatkan risiko bayi lahir dengan berat badan rendah, yang dapat menyebabkan komplikasi kesehatan jangka panjang bagi bayi. Selain itu, penelitian sebelumnya mengonfirmasi bahwa ibu dengan penambahan berat badan yang kurang memiliki kecenderungan lebih tinggi untuk melahirkan bayi dengan BBLR, yang membuktikan konsistensi antara temuan penelitian ini dan hasil studi sebelumnya.

Temuan ini menggarisbawahi pentingnya intervensi dini dalam pemantauan berat badan ibu selama kehamilan, terutama bagi mereka yang mengalami penambahan berat badan yang kurang dari yang direkomendasikan. Dalam jangka panjang, kekurangan penambahan berat badan ibu dapat meningkatkan risiko kelahiran prematur, gangguan pertumbuhan janin, dan masalah kesehatan lainnya pada bayi.<sup>17,18</sup>

Hasil ini menegaskan bahwa menjaga pola makan yang sehat dan gaya hidup yang tepat sangat penting untuk mencapai penambahan berat badan yang optimal selama kehamilan. Penelitian lain juga mengungkapkan bahwa asupan kalori yang cukup sepanjang trimester kehamilan berhubungan langsung dengan kejadian BBLR, menggaris bawahi pentingnya pemantauan berat badan ibu hamil oleh tenaga medis.<sup>17,20</sup> Dengan demikian, edukasi gizi yang tepat kepada ibu hamil sangat diperlukan untuk mencegah risiko BBLR, yang dapat mempengaruhi kesehatan jangka panjang bayi.<sup>16,24</sup> Penelitian lainnya juga menambahkan bahwa ibu yang mengalami kekurangan asupan nutrisi, termasuk protein yang memadai, lebih berisiko melahirkan bayi dengan berat lahir rendah.<sup>25</sup> Oleh karena itu, konsumsi makanan bergizi yang kaya protein dan kalori tinggi sangat dianjurkan bagi ibu hamil guna mendukung pertumbuhan janin yang optimal dan mengurangi risiko BBLR.<sup>19,24</sup>

Kesehatan ibu yang baik selama kehamilan tidak hanya penting untuk kesejahteraan ibu, tetapi juga untuk kesehatan bayi yang dilahirkan dan perkembangan jangka panjang mereka. Status gizi yang baik sangat berkontribusi terhadap berat bayi lahir yang optimal, serta mengurangi risiko komplikasi neonatal seperti stunting dan gangguan pertumbuhan di masa depan.<sup>23,26,27</sup> Penurunan kadar gizi selama kehamilan dapat menyebabkan komplikasi yang berlanjut, seperti risiko stunting dan pertumbuhan yang tidak optimal pada anak.<sup>23,27</sup> Oleh karena itu, penting bagi tenaga medis dan masyarakat untuk memberikan perhatian lebih pada proporsi dan komposisi penambahan berat badan ibu selama kehamilan agar dapat menghasilkan generasi yang sehat dan kuat.<sup>22,28</sup>

Penelitian ini memiliki implikasi penting dalam pengelolaan kesehatan

ibu hamil, khususnya dalam pemantauan penambahan berat badan selama kehamilan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penambahan berat badan ibu yang tidak memadai berhubungan langsung dengan kelahiran bayi dengan berat badan rendah (BBLR), yang berisiko terhadap kesehatan jangka panjang bayi. Oleh karena itu, penelitian ini dapat mendorong tenaga medis untuk lebih proaktif dalam memberikan edukasi mengenai pentingnya pemantauan berat badan ibu hamil dan memberikan intervensi yang tepat waktu, seperti konseling gizi dan pemantauan asupan kalori yang cukup, guna mencegah BBLR dan komplikasi lainnya. Selain itu, hasil penelitian ini dapat berkontribusi pada pengembangan kebijakan kesehatan yang lebih berfokus pada gizi ibu hamil sebagai upaya pencegahan komplikasi persalinan.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, antara lain sampel yang terbatas pada ibu hamil yang melahirkan di RSIA Sitti Khadijah Makassar pada periode Januari – Februari 2025, yang dapat membatasi generalisasi hasil penelitian ke populasi yang lebih luas. Selain itu, faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi berat badan bayi lahir, seperti kondisi medis ibu (misalnya hipertensi gestasional atau diabetes gestasional), tidak dapat sepenuhnya dikendalikan dalam penelitian ini. Keterbatasan data ini mungkin mempengaruhi interpretasi hubungan antara penambahan berat badan ibu dengan berat badan bayi lahir.

### **Simpulan dan Saran**

Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa terdapat hubungan signifikan antara penambahan berat badan ibu selama kehamilan dengan berat badan bayi lahir, di mana ibu yang mengalami penambahan berat badan yang normal atau lebih cenderung melahirkan bayi dengan berat badan

normal. Penelitian ini menegaskan pentingnya pemantauan pertambahan berat badan ibu untuk mencegah kelahiran bayi dengan berat badan rendah. Saran yang dapat diberikan adalah perlunya peningkatan edukasi gizi untuk ibu hamil serta pemantauan yang lebih ketat terhadap kenaikan berat badan ibu selama kehamilan. Selain itu, pengembangan program perawatan

prenatal yang lebih holistik, yang mencakup dukungan gizi, harus menjadi fokus dalam upaya menurunkan angka BBLR dan meningkatkan kesehatan ibu serta bayi.

### **Ucapan Terima Kasih**

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas Muslim Indonesia.

### **Daftar Pustaka**

1. Rahmawati A, Wulandari RCL. Influence of Physical and Psychological of Pregnant Women Toward Health Status of Mother and Baby. *J Kebidanan* [Internet]. 2019 Oct 30;9(2):148–52. Available from: <http://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/jurkeb/article/view/5237>
2. Ningsih NS, Simanjuntak BY, Haya M. Asupan Energi, Zat Gizi Makro dan Pertambahan Berat Badan Ibu Hamil. *J Kesehat* [Internet]. 2021 Aug 24;12(2):156–61. Available from: <http://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JK/article/view/2177>
3. Lathifah NS. Hubungan Kenaikan Berat Badan Ibu Selama Hamil Terhadap Berat Badan Bayi Saat Lahir di BPS Wirahayu Panjang Bandar Lampung. *J Ilmu Kedokt dan Kesehat*. 2019;6(4):274–9.
4. Wigianita MR, Umijati S, Trijanto B. Hubungan Kenaikan Berat Badan Ibu Saat Hamil dengan Berat Badan Bayi Baru Lahir. *Darussalam Nutr J* [Internet]. 2020 Nov 20;4(2):57–63. Available from: <https://ejournal.unida.gontor.ac.id/index.php/nutrition/article/view/3944>
5. Sun Y, Shen Z, Zhan Y, Wang Y, Ma S, Zhang S, et al. Effects of Pre-Pregnancy Body Mass Index and Gestational Weight Gain on Maternal and Infant Complications. *BMC Pregnancy Childbirth* [Internet]. 2020 Dec 6;20(1):390. Available from: <https://bmcpregnancychildbirth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12884-020-03071-y>
6. Liu X, Wang H, Yang L, Zhao M, Magnussen CG, Xi B. Associations Between Gestational Weight Gain and Adverse Birth Outcomes: A Population-Based Retrospective Cohort Study of 9 Million Mother-Infant Pairs. *Front Nutr* [Internet]. 2022 Feb 14;9:811217. Available from: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fnut.2022.811217/full>
7. Preeti TI, Ferdaus F, Mema FZ, Zahan R, Parvin R, Mostofa S. Exploring The Influence of Maternal Health, Education and Socioeconomic Status on Birth Weight in Rural Hospital Settings. *IAHS Med J* [Internet]. 2024 Aug 29;6(1):39–43. Available from: <https://www.banglajol.info/index.php/IAHSMJ/article/view/75668>
8. Xu L, Sheng X-J, Gu L-P, Yang Z-M, Feng Z-T, Gu D-F, et al. Influence of Perinatal Factors on Full-Term Low-Birth-Weight Infants and Construction of A Predictive Model. *World J Clin Cases* [Internet]. 2024 Sep

- 16;12(26):5901–7. Available from: <https://www.wjgnet.com/2307-8960/full/v12/i26/5901.htm>
9. Liberty IA. Metode Penelitian Kesehatan. Pekalongan: Penerbit NEM; 2024. 27–35 p.
  10. Agnesia Y, Sari SW, Nu'man H, Ramadhani DW, Nopianto. Buku Ajar Metode Penelitian Kesehatan. Pekalongan: Penerbit NEM; 2023.
  11. Hardani, Andriani H, Utami EF, Fardani RA, Sukmana DJ, Auliya NH, et al. Buku Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif. Cetakan 1. Abadi H, editor. Yogyakarta: CV. Pustaka Ilmu Group Yogyakarta; 2020. 245 p.
  12. Sugiyono. Metode Penelitian Kuantitatif (Edisi ke-3) [Internet]. 3rd ed. Bandung: CV Alfabeta; 2022. 464 p. Available from: <https://opac.perpusnas.go.id/DetailOpac.aspx?id=1188929>
  13. Darma B. Statistika Penelitian Menggunakan SPSS (Uji Validitas, Uji Reliabilitas, Regresi Linier Sederhana, Regresi Linier Berganda, Uji t, Uji F, R2). Kabupaten Bogor: Guepedia; 2021.
  14. Fitri I, Wiji RN. Asupan Zat Gizi Makro dan Kenaikan Berat Badan Selama Hamil Terhadap Luaran Kehamilan. *J Gizi Klin Indones* [Internet]. 2018 Oct 25;15(2):66–74. Available from: <https://jurnal.ugm.ac.id/jgki/article/view/39163>
  15. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Hasil Utama RISKEDAS 2018 [Internet]. Indonesia: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan; 2018. Available from: [https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir\\_519d41d8cd98f00/files/Hasil-riskedas-](https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-riskedas-2018_1274.pdf)
  16. Pramesti A, Pascawati R. Asuhan Kebidanan Komprehensif dengan Penerapan Birth Ball Pada Persalinan di Wilayah Kerja Puskesmas Cilawu Kabupaten Garut Tahun 2023. *J Kebidanan*. 2023;4(1):1–13.
  17. Ningsih NAW, Sumarmi S. Literature Review: Hubungan Pertambahan Berat Badan Ibu Selama Kehamilan dengan Kejadian Berat Badan Lahir Rendah (BBLR) di Indonesia. *Media Gizi Kesmas* [Internet]. 2023 Nov 30;12(2):1064–9. Available from: <https://e-journal.unair.ac.id/MGK/article/view/40525>
  18. Zahra TA, Hidayat F. Hubungan Pertambahan Berat Badan Pada Ibu Selama Kehamilan dengan Kejadian BBLR. *J Muara Med dan Psikol Klin* [Internet]. 2023 May 31;3(1):15–21. Available from: <https://journal.untar.ac.id/index.php/JMMPK/article/view/24797>
  19. Nur'ain Mooduto, Harismayanti Harismayanti, Ani Retni. Kenaikan Berat Badan Ibu Selama Kehamilan dengan Berat Badan Lahir Bayi di RSIA Sitti Khadijah Kota Gorontalo. *J Rumpun Ilmu Kesehat* [Internet]. 2023 Feb 24;3(1):165–75. Available from: <https://ejurnal.politeknikpratama.ac.id/index.php/JRIK/article/view/1285>
  20. Marhamah, Nesyana Nurmadilla, Sigit Dwi Pramono, Fadli Ananda, Rasfayanah. Hubungan Asupan Karbohidrat Ibu Hamil Trimester III dengan BB Lahir Bayi RSIA Kota Makassar. *Fakumi Med J J Mhs Kedokt* [Internet]. 2022 Jul 31;2(7):510–7. Available from:

- <https://fmj.fk.umi.ac.id/index.php/fmj/article/view/101>
21. Dary D, Aprilia VD, Istiarti E. Status Gizi Ibu Berkontribusi Terhadap Kejadian BBLR. *J Kebidanan dan Keperawatan Aisyiyah* [Internet]. 2022 Jun 29;18(1):76–84. Available from: <https://ejournal.unisayogya.ac.id/index.php/jkk/article/view/1144>
  22. Usrina N, Abdurrahman F Bin, Abdullah A, Zakaria R, Maidar M. Pengaruh Asupan Energi dan Protein Ibu Hamil Selama Trimester III Terhadap Keluaran Kehamilan: Studi Kohort. *Sel J Penelit Kesehat* [Internet]. 2021 Nov 30;8(2):86–97. Available from: <https://ejournal2.litbang.kemkes.go.id/index.php/sel/article/view/4831>
  23. Aisyah RD, Suparni S, Fitriyani F. Paket Konseling Gizi Terhadap Berat Badan, LiLa dan Hb Pada Ibu Hamil dengan Kekurangan Energi Kronis. *J Ilm Kesehat Keperawatan* [Internet]. 2023 Jun 29;19(1):1–8. Available from: <http://ejournal.unimugo.ac.id/JIKK/article/view/1031>
  24. Kurdanti W, Khasana TM, Wayansari L. Lingkar Lengan Atas, Indeks Massa Tubuh, dan Tinggi Fundus Ibu Hamil Sebagai Prediktor Berat Badan Lahir. *J Gizi Klin Indones* [Internet]. 2020 Apr 25;16(4):168. Available from: <https://jurnal.ugm.ac.id/jgki/article/view/49314>
  25. Finandakasih F, Rosmah SA, Tiro MA. Model Prediksi Berat Lahir Bayi Berdasarkan Faktor-Faktor yang Mempengaruhi di Puskesmas Kaluku Bodoa Tahun 2017-2018. *J Kesehat Masy Marit* [Internet]. 2020 May 16;2(1):35–49. Available from: <http://journal.unhas.ac.id/index.php/jkmmunhas/article/view/10021>
  26. Amrang M, Nurmadilla N, Pramono SD, Ananda F, Rasfayanah R. Hubungan Asupan Protein Ibu Hamil Trimester III Dengan BB Lahir Bayi RSIA Kota Makassar. *Wal'afiat Hosp J* [Internet]. 2020 Dec 30;1(2):91–9. Available from: <https://whj.umi.ac.id/index.php/whj/article/view/48>
  27. Nuryani, Ayu Mustika Handayani. Hubungan Lingkar Lengan Atas (LiLA), Hemoglobin (Hb), dan Asupan Fe Terhadap Berat Badan Lahir Bayi. *Poltekita J Ilmu Kesehat* [Internet]. 2022 Aug 29;16(2):228–34. Available from: <https://jurnal.poltekkespalu.ac.id/index.php/JIK/article/view/1255>
  28. Rida Amelia, Sartika, Mansur Sididi. Faktor Risiko Kejadian Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR) di Wilayah Kerja Puskesmas Kalulu Badoa Kota Makassar. *Wind Public Heal J* [Internet]. 2022 Apr 30;3(2):220–30. Available from: <https://jurnal.fkm.umi.ac.id/index.php/woph/article/view/366>
  29. Risyanti B. Hubungan Antara Pertambahan Berat Badan Dengan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III di PMB BD. I Kota Bandung. *J Sehat Masada* [Internet]. 2022 Jul 29;16(2):302–7. Available from: <http://ejournal.stikesdhhb.ac.id/index.php/Jsm/article/view/362>