

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN EMESIS GRAVIDARUM
PADA IBU HAMIL TRIMESTER I DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS BANJAR 1 KOTA BANJAR
TAHUN 2026**

ABSTRAK

Latar Belakang: Emesis gravidarum (mual dan muntah) merupakan keluhan yang umum dialami ibu hamil pada trimester I, dengan angka kejadian mencapai 60–80% pada Primigravida dan 40–60% pada Multigravida. Meskipun bersifat fisiologis, emesis gravidarum yang tidak ditangani dengan baik dapat memengaruhi status gizi ibu maupun janin. Salah satu faktor yang diduga berhubungan dengan kejadian emesis gravidarum adalah pola makan ibu selama masa kehamilan trimester I, baik dari segi frekuensi makan, jenis dan variasi makanan, maupun jumlah/porsi makanan yang dikonsumsi. Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan pola makan dengan kejadian emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di Wilayah Kerja Puskesmas Banjar 1 Kota Banjar Tahun 2026. Metode: Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain observasional analitik menggunakan pendekatan cross-sectional. Sampel penelitian berjumlah 35 ibu hamil trimester I yang diambil dengan teknik total sampling. Pola makan diukur menggunakan kuesioner yang terdiri dari 24 item pertanyaan meliputi frekuensi makan, jenis dan variasi makanan, serta jumlah/porsi makanan, sedangkan kejadian emesis gravidarum diukur menggunakan kuesioner berdasarkan keluhan mual dan muntah dalam 1 minggu terakhir. Analisis data menggunakan uji Chi-Square pada tingkat kepercayaan 95%. Hasil: Pola makan ibu hamil trimester I terbagi merata antara kategori kurang dan baik, yaitu masing-masing sebesar 40,0%, sedangkan kategori cukup sebesar 20,0%. Sebagian besar ibu hamil tidak mengalami emesis gravidarum (62,9%), sedangkan yang mengalami emesis gravidarum sebesar 37,1%. Ibu hamil dengan pola makan baik sebagian besar tidak mengalami emesis gravidarum (92,9%), sedangkan ibu hamil dengan pola makan kurang sebagian besar justru mengalami emesis gravidarum (64,3%). Hasil uji statistik Chi-Square diperoleh nilai Pearson Chi-Square sebesar 9,913 dengan $p\text{-value}=0,007$ ($p<0,05$). Kesimpulan: Terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di Wilayah Kerja Puskesmas Banjar 1 Kota Banjar. Ibu hamil dengan pola makan baik cenderung tidak mengalami emesis gravidarum dibandingkan ibu hamil dengan pola makan kurang.

Kata Kunci: Emesis Gravidarum, Ibu Hamil Trimester I, Pola Makan

**THE RELATIONSHIP BETWEEN EATING PATTERNS AND EMESIS
GRAVIDARUM IN FIRST-TRIMESTER PREGNANT WOMEN IN
THE WORKING AREA OF BANJAR 1 PUBLIC HEALTH
CENTER, BANJAR CITY, 2026**

ABSTRACT

Background: Emesis gravidarum (nausea and vomiting) is a common complaint experienced by pregnant women during the first trimester, with an incidence rate reaching 60–80% in Primigravida and 40–60% in Multigravida. Although physiological in nature, emesis gravidarum that is not properly managed can affect the nutritional status of both the mother and the fetus. One factor suspected to be associated with the occurrence of emesis gravidarum is the mother's eating pattern during the first trimester, in terms of meal frequency, food type and variety, and the amount/portion of food consumed. Objective: This study aimed to analyze the relationship between eating patterns and the incidence of emesis gravidarum in first-trimester pregnant women in the working area of Banjar 1 Public Health Center, Banjar City, 2026. Method: This was a quantitative study with an analytical observational design using a cross-sectional approach. The sample consisted of 35 first-trimester pregnant women, selected using a total sampling technique. Eating patterns were measured using a questionnaire consisting of 24 items covering meal frequency, food type and variety, and food amount/portion, while the incidence of emesis gravidarum was measured using a questionnaire based on nausea and vomiting complaints during the past week. Data were analyzed using the Chi-Square test at a 95% confidence level. Results: Eating patterns among first-trimester pregnant women were evenly distributed between the poor and good categories, each accounting for 40.0%, while the moderate category accounted for 20.0%. Most pregnant women did not experience emesis gravidarum (62.9%), while 37.1% experienced it. Most pregnant women with good eating patterns did not experience emesis gravidarum (92.9%), whereas most pregnant women with poor eating patterns experienced emesis gravidarum (64.3%). The Chi-Square test showed a Pearson Chi-Square value of 9.913 with a p-value of 0.007 ($p < 0.05$). Conclusion: There is a significant relationship between eating patterns and the incidence of emesis gravidarum among first-trimester pregnant women in the working area of Banjar 1 Public Health Center, Banjar City. Pregnant women with good eating patterns tend not to experience emesis gravidarum compared to those with poor eating patterns.

Keywords: *Eating Patterns, Emesis Gravidarum, First-Trimester Pregnant Women*