

ABSTRAK

Emesis gravidarum sangat berpengaruh besar terhadap pola makan ibu hamil trimester I. Pada masa ini ibu mengalami penurunan nafsu makan dan juga mengalami penurunan berat badan. Padahal pada minggu awal kehamilan sangat diperlukan banyak asupan nutrisi untuk pertumbuhan dan perkembangan janin, supaya janin terlahir dengan sehat dan sempurna. Namun jika penurunan nafsu makan yang dialami ibu hamil di trimester I ini dibiarkan dapat mengganggu tumbuh kembang janin diawal kehamilan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pola makan ibu hamil trimester I yang mengalami emesis gravidarum di BPS Ayu di Desa Beji PDAM Benowo Surabaya.

Desain penelitian ini adalah Deskriptif, populasinya semua ibu hamil trimester I yang mengalami emesis gravidarum di BPS Ayu tahun 2013 berjumlah 20 responden. Sampel dalam penelitian ini diambil dari sebagian ibu hamil yang berkunjung di BPS, dan didapatkan 20 responden. Pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Alat pengumpulan data adalah kuesioner. Kemudian data diolah dengan *editing, coding, scoring, processing, cleaning* dan *tabulating*. Dan disajikan secara deskriptif dengan mencari distribusi frekuensi.

Hasil penelitian menunjukkan, didapatkan sebagian kecil responden dengan pola makan cukup baik (20%), dan didapatkan pula hampir seluruhnya responden dengan pola makan kurang baik (80%).

Kondisi fisiologis emesis gravidarum pada ibu hamil menyebabkan pola makan yang kurang baik. Oleh karena itu disarankan kepada semua ibu hamil untuk menjaga asupan nutrisi untuk janinnya dengan menerapkan pola makan sedikit tetapi sering supaya janin yang ada dalam kandungannya bisa tumbuh dengan baik dan tidak mengalami kecacatan.

Kata kunci : Pola Makan