

RINGKASAN

Indonesia memiliki visi untuk dapat menjadi negara yang sehat di masa depan dengan indikator masyarakat yang sudah hidup di dalam lingkungan dengan perilaku hidup yang sehat, sehingga derajat kesehatan yang tinggi di seluruh wilayah Indonesia akan tercapai. Dalam mewujudkan derajat kesehatan tersebut, Indonesia memiliki target untuk menurunkan angka kematian bayi. Akan tetapi, hal tersebut berbanding terbalik dengan fakta yang terjadi, pada tahun 2021 Indonesia menjadi negara dengan angka kematian bayi tertinggi dari 10 negara yang ada di Asia Tenggara, yakni berada di urutan kelima. Salah satu penyebab dari kematian bayi ialah kurangnya asupan gizi pada ibu semasa hamil.

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pengetahuan mengenai makanan sehat dan pola makan, serta perilaku ibu hamil dalam mengonsumsi makanan. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi. Informan pada penelitian ini adalah lima orang ibu hamil. Penelitian dilakukan di salah satu kecamatan di Kabupaten Banyumas. Penentuan informan menggunakan *purposive sampling* dengan sumber data terdiri dari data primer dan data sekunder. Analisis data yang digunakan adalah Analisis Interaktif model Miles dan Huberman.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu hamil sudah mampu menjelaskan berbagai makanan sehat yang baik dikonsumsi selama hamil beserta manfaatnya, tetapi sebagian ibu hamil belum menerapkan dengan baik pola makan gizi seimbang selama hamil. Kemudian, para ibu hamil juga sudah tidak lagi meyakini mitos tabu pangan karena merasa bertentangan dengan pemahaman biomedis serta adanya dukungan dari keluarga. Beberapa ibu hamil yang mengalami kendala biaya pangan tetap dapat memenuhi kebutuhan bahan pangannya dengan memilih jenis pangan yang murah.

Kata Kunci: Ibu Hamil, Konsumsi Makanan, Kematian bayi

SUMMARY

Indonesia is committed to becoming a healthy country in the future, with the indicator that its people live in an environment conducive to a healthy lifestyle. The goal of this effort is to achieve high levels of health throughout Indonesia. However, the country faces a paradox. In 2021, the country's child mortality rate was the highest among the ten Southeast Asian countries, ranking fifth. One of the contributing factors to child mortality is inadequate nutritional intake during pregnancy.

This study aims to describe pregnant women's knowledge of healthy foods, dietary habits, and food consumption behaviors. Data collection techniques employed a qualitative descriptive approach, including in-depth interviews, observation, and recording. Data sources consist of primary and secondary data. Through purposive sampling, five pregnant women were selected as informants in a subdivision of Banyumas Regency. Use Interactive Analysis based on Miles and Huberman models.

The results showed that pregnant women were able to articulate a variety of healthy foods and their benefits, but some struggled to achieve a balanced diet during pregnancy. With the support of biomedical understanding and family encouragement, some people overcome myths and taboos about food. Despite financial constraints, some pregnant women still meet their nutritional needs by making affordable food choices.

Keywords: Pregnant Woman, Food Consumption, Infant Mortality

