



Research Articles

HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA IBU HAMIL DI PUSKESMAS LANGGIKIMA PESISIR KABUPATEN KONAWE UTARA

Relationship between Diet and the Incidence of Anemia in Pregnant Women at Puskesmas Langgikima Pesisir, North Konawe Regency

Sakinah Amrah¹, Rosmawati Ibrahim¹, Ano Luthfa¹

1) Prodi S1 Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Pelita Ibu, Sulawesi Tenggara – Indonesia

*Corresponding author: anyoluthfa@gmail.com

Manuscript received: 10 Juli 2023. Accepted: 25 Juli 2023

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Puskesmas Langgikima Pesisir Kabupaten Konawe Utara. Jenis penelitian yang dilakukan adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan cros sectional. Penelitian ini dilaksanakan pada November 2022 s.d Februari 2023 di wilayah kerja Puskesmas Langgikima Pesisir Kabupaten Konawe Utara. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil anemia di puskesmas Langgikima Pesisir berjumlah 35 populasi. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah total sampling dimana pengambilan sampel sama dengan populasi. Instrument dalam penelitian ini kuisioner dan Hb. Teknik analisis yang digunakan adalah analisis univariat dan bivariat. Hasil penelitian ini berdasarkan analisis data menggunakan Chi-square menunjukkan nilai p-value= 0,002 lebih kecil dari 0,05 ($0,002 < 0,05$) yang artinya penelitian ini ada hubungan, H_a diterima dan H_0 di tolak.

Kata kunci: *Pola Makan, Anemia pada Ibu Hamil*

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between diet and the incidence of anemia in pregnant women at the Langgikima Pesisir Health Center, North Konawe Regency. The type of research conducted was quantitative research using a crossectional approach. This research was conducted from November 2022 to February 2023 in the working area of the Langgikima Pesisir Health Center, North Konawe Regency. The population in this study were all anemic pregnant women at the Langgikima Pesisir health center totaling 35 populations. The sampling technique in this study was total sampling where sampling was the same as the population. The instrument in this study was a questionnaire and Hb. The analysis technique used is univariate and bivariate analysis. The results of this study based on data analysis using Chi-square showed a p-value = 0.002 smaller than 0.05 ($0.002 < 0.05$) which means that this study has a relationship, H_a is accepted and H_0 is rejected

Keywords: *Diet, Anemia in Pregnant Women*

PENDAHULUAN

Selama masa kehamilan seorang ibu banyak membutuhkan energi yang dihasilkan dari sumber makanan yang di konsumsi dengan mengikuti pola makan yang sehat. Pola makan yang baik pada ibu hamil adalah makanan yang harus memiliki jumlah kalori dan zat-zat gizi yang sesuai dengan kebutuhan seperti karbohidrat, lemak, protein, vitamin, mineral, dan serat (Andriyani *et al.*, 2022). Zat gizi diperlukan untuk pertumbuhan organ reproduksi ibu maupun untuk pertumbuhan janin. Saat kehamilan zat besi yang dibutuhkan oleh tubuh lebih banyak dibandingkan saat tidak hamil, kebutuhan zat besi ibu selama kehamilan adalah 200-600 mg untuk memenuhi peningkatan masa sel darah merah, 200-370 mg untuk janin, 150-200 mg untuk kehilangan eksternal, 30-170 mg untuk tali pusat dan plsentia, 90-130 mg untuk menggantikan darah yang hilang saat persalinan .

Anemia dalam kehamilan adalah kondisi ibu dengan kadar hemoglobin ≤ 11 gr% pada trimester I dan III atau kadar $\leq 10,5$ gr% pada trimester II. Beberapa faktor yang dapat menyebabkan terjadinya anemia dalam kehamilan diantaranya gravida, umur, paritas, tingkat pendidikan, status ekonomi, kepatuhan konsumsi tablet Fe dan pola makan. Jika pola makan seimbang tidak terpenuhi dan kebutuhan zat besi harian ibu tidak mencukupi, maka secara optimal ibu beresiko mengalami perdarahan pada saat persalinan dan berat badan bayi.

Hasil penelitian Padila (2018), tentang Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Puskesmas Jalang Gedang Bengkulu, menyebutkan bahwa dari 30 responden adalah separuh responden (50,0%) memiliki pola makan yang tidak sehat dan setengah dari responden tersebut (26,7%) mengalami anemia. Berdasarkan Chi-squer test p-value = 0,035. Dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia pada ibu hamil.

Penelitian Fitriyanti Kadir (2020) tentang Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Puskesmas Limboto kabupaten Gorontalo menjeleskan bahwa 72,5 % ibu hamil mengalami anemia dan sebanyak 85% ibu hamil dengan pola makan yang tidak seimbang, dalam hal ini dikatakan bahwa adanya hubungan pola makan dengan kejadian anemia pada ibu hamil.

Menurut penelitian Pebrina (2021), tentang Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Puskesmas Air Dingin Padang, menyebutkan bahwa (52,5%) ibu hamil mengalami anemia, (50,0%) ibu memiliki pola makan yang buruk. Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa pola makan dapat mempengaruhi kejadian anemia pada ibu hamil.

Dari uraian dan data di atas menunjukkan bahwa pola makan yang tidak tepat dalam jenis, frekuensi dan jumlah dapat menyebabkan ibu hamil mengalami anemia. Masalah anemia pada ibu hamil masih cukup tinggi resiko yang di timbulkan anemia dapat meningkatkan peluang terjadinya AKI (Angka Kematian Ibu), AKB (Angka Kematian Bayi), dampak pada wanita anemia adalah kurangnya zat gizi pada janin dalam kandungannya yang dapat menyebabkan koplikasi kehamilan dan persalinan.

Prevalensi anemia secara global tahun 2020 total kasus anemia pada ibu hamil berjumlah 1,42 miliar dan mengalami peningkatan pada tahun 2021 menjadi 1,74 miliar, dalam penelitian ini 3 wilayah penyumbang anemia tertinggi yaitu Afrika Barat, Asi Selatan dan Afrika Tengah. Di negara-negara berkembang salah satunya di Indonesia tingginya pravalensi anemia pada ibu hamil ada sekitar 40% kematian ibu berkaitan dengan anemia dalam kehamilan. Kebanyakan anemia dalam kehamilan disebabkan oleh defisiensi besi dan perdarahan akut, bahkan, jarak keduanya saling berinteraksi.

Hasil prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia masih tinggi tahun 2020 sebesar 80.975 (3,42%) dan pada tahun 2021 sebesar 27,54 hal ini disebabkan oleh ADB (Profil Kesehatan RI, 2020-2021). Data dari Dinas Provinsi Sulawesi Tenggara menunjukkan prevalensi anemia pada ibu hamil adalah pada tahun 2019 terdapat 40.192 (63,03%) kasus anemia pada ibu hamil dari 63.661 kunjungan ibu hamil. Tahun 2020 kasus anemia pada ibu hamil berjumlah 46.533 (52,50%) dari 88.646 kunjungan ibu hamil dan pada tahun 2021 berjumlah 14.711 (25,96%) kasus anemia dari 58,952 kunjungan ibu hamil (Profil Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tenggara, 2020-2021).

Tabel 1. Data Dinas Kesehatan Kabupaten Konawe Utara ibu hamil dengan anemia

Tahun	Jumlah Kunjungan Ibu Hamil	Jumlah Kasus Anemia	Persentase (%)
2018	1667	905	54,28%
2019	1221	905	74,11%
2020	1443	147	10,18%
2021	1333	156	11,7%
2022	1253	63	5,02%

Sumber : Data Dinas Kesehatan Kabupaten Konawe Utara 2018-2022

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Konawe Utara tentang kasus Anemia pada Ibu Hamil tahun 2018-2022. Dimana pada tahun 2018 terdapat 905 (54,28%) kasus anemia dari 1667 kunjungan ibu hamil. Tahun 2019 terdapat 905 (74,11%) kasus anemia dari 1221 kunjungan ibu hamil. Tahun 2020 terdapat 147 (10,18%) kasus anemia dari 1443 kunjungan ibu hamil. Tahun 2021 terdapat 156 (11,7%) kasus anemia dari 1333 kunjungan ibu hamil. Tahun 2022 terdapat 63 (5,02%) kasus anemia dari 1253 kunjungan ibu hamil.

Table 2. Data Puskesmas Langgikima Pesisir Kabupaten Konawe Utara.

Tahun	Jumlah Ibu Hamil	Jumlah Kasus Anemia	Persentase (%)
2018	91	10	10,99%
2019	69	21	30,43%
2020	93	25	26,88%
2021	85	35	41,17%
2022	35	35	100%

Sumber: data Puskesmas Langgikima Pesisir 2018-2022

Berdasarkan data Puskesmas Langgikima Pesisir tentang Kasus Anemia pada Ibu Hamil tahun 2018-2022. Dimana pada tahun 2018 terdapat 10 (10,99%) kasus anemia dari 91 kunjungan ibu hamil. Tahun 2019 terdapat 21 (30,43%) kasus anemia dari 69 kunjungan ibu hamil. Tahun 2020 terdapat 25 (26,88%) kasus anemia dari 93 kunjungan ibu hamil. Tahun 2021 terdapat 35 (41,17%) kasus anemia dari 85 kunjungan ibu hamil. Tahun 2022 terdapat 35 (100%) kasus anemia dari 35 kunjungan ibu hamil. Dari latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Langgikima Pesisir Kabupaten Konawe Utara”.

METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian merupakan suatu skema menyeluruh yang mencakup program penelitian. Rancangan penelitian bagi peneliti adalah untuk menentukan dan menggunakan langkah-langkah apa saja yang menjadi pegangan dalam melakukan penelitian (Sugiyono, 2019). Jenis penelitian yang dilakukan adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Penelitian kuantitatif adalah penelitian dengan memperoleh data yang berbentuk angka atau data kualitatif yang diangkakan dengan variable independen (pola makan) dan variable dependen (kejadian anemia) (sugiyono, 2019).

Lokasi penelitian adalah tempat dimana penelitian tersebut berlangsung dalam kurun waktu tertentu (Sugiyono, 2019). Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Langgikima Pesisir Kabupaten Konawe Utara pada periode November-Februari 2023. Analisis data yang digunakan adalah analisis univariat untuk mengetahui karakteristik subjek penelitian dan analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Puskesmas Langgikima Pesisir terletak di Kecamatan Langgikima yang merupakan pemekaran

dari Puskesmas Langgikima, Puskesmas Langgikima Pesisir terletak di Desa Tobimeita, Kecamatan Langgikima dengan Kota Kabupaten (Konawe Utara) luas Wilayah kerja 1.640.1 km² (BPN). Puskesmas Langgikima Pesisir terletak pada ketinggian 485 m dari permukaan laut, dengan keadaan tanah sebagian pengunungan 75% dataran 25%. Sebelah Utara berbatasan dengan Sulawesi Tengah, Sebelah Selatan berbatasan dengan Kecamatan Landawe, Sebelah Barat berbatasan dengan Kab. Konawe, Sebelah Timur berbatasan dengan Kecamatan Langgikima



Gambar1. Peta Wilayah Kerja Puskesmas Langgikima,

Analisis univariat bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian.

Tabel 3. Distribusi frekuensi pola makan pada ibu hamil di puskesmas langgikima pesisir

Pola makan	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Baik	5	14,3%
Cukup	10	28,6%
Kurang	20	57,1%
Total	35	100

Sumber Data primer 2022

Data diatas menunjukkan 35 responden di Puskesmas Langgikima Pesisir, yang memiliki pola makan baik sebanyak 5 (14,3%), yang memiliki pola makan cukup sebanyak 10 (28,6%), dan responden yang memiliki pola makan kurang sebanyak 20 (57,1%)

Table 4. Distribusi frekuensi anemia pada ibu hamil di puskesmas langgikima pesisir

Anemia	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Normal	6	17,1%
Ringan	9	25,7%
Sedang	19	54,3%
Berat	1	2,9%
Total	35	100

Sumber data primer 2022

Data diatas menunjukkan jumlah kategori berdasarkan data hemoglobin (Hb) ibu hamil yang menjadi responden, yang mengalami anemia normal sebanyak 6 (17,1%), yang mengalami anemia ringan sebanyak 9 (52,7%), yang mengalami anemia sedang sebanyak 19 (54,3%) dan yang mengalami anemia berat sebanyak 1 (2,9%). Dimana jika hemoglobin (Hb) Ibu hamil ≤ 11 masuk dalam kategori anemia dan ≥ 11 masuk dalam kategori tidak anemia.

Analisa bivariat digunakan untuk melihat hubungan antara pola makan terhadap kejadian anemia

pada ibu hamil. Uji Bivariat dalam penelitian ini menggunakan uji Chi-square untuk melihat nilai signifikan dengan besar kemaknaan adalah jika $p < 0,05$ maka terdapat korelasi yang bermakna antara dua variabel yang diuji, dan jika $p > 0,05$ maka tidak terdapat korelasi yang bermakna antara dua variabel yang diuji. Hasil analisis Uji untuk mengetahui hubungan antara pola makan terhadap kejadian anemia pada ibu hamil, dapat dilihat pada tabel berikut:

Table 5. Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Langgikima Pesisir

Pola makan	Kejadian anemia		%	Total	%	Sig.
	Anemia	Tidak anemia				
Baik	-	5	14,3	5	14,3	0,02
Cukup	10	-	-	10	28,6	
Kurang	20	-	-	20	57,1	
Total				35	100	

Sumber data 2022

Data diatas menunjukkan responden yang memiliki pola makan baik dan tidak anemia 5 (14,3%), responden yang memiliki pola makan cukup dan tidak anemia (-), sedangkan responden yang memiliki pola makan cukup dan anemia 10 (28,6%), dan responden yang memiliki pola makan kurang dan anemia 20 (57,1%).

Berdasarkan hasil uji statistik dengan Chi-square diketahui nilai signifikansi = 0,02, lebih kecil dari 0,05 ($0,02 < 0,05$) maka dapat disimpulkan hubungan pola makan dengan kejadian anemia adalah signifikan atau ada hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia pada ibu hamil . Dari hasil penelitian jumlah responden sebanyak 35 ibu hamil dengan anemia, diketahui bahwa ada hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian anemia. Nilai signifikan lebih kecil dari 0,05, maka dapat di katakan dalam statistik H_a diterima dan H_o di tolak.

Kebutuhan zat besi ibu selama kehamilan adalah 1000 mg, kebutuhan ini di perlukan untuk pertumbuhan janin, pembentukan plasenta, peningkatan massa hemoglobin dan sel darah merah. Frekuensi makan 3 x sehari atau 1000-2500 kalori akan menghasilkan 10-15 mg zat besi, namun hanya 1-2 mg zat besi yang di absorbpsi. Jika ibu hamil mengkonsumsi 60 mg Tablet Fe maka diharapkan 6-8 mg zat besi dapat di absorbpsi. Jika melihat dari kebutuhan zat besi harian ibu, mengkonsumsi tablet Fe saja tidak cukup untuk memenuhi kebutuhan zat besi harian ibu hamil.

Berdasarkan hasil penelitian 76,93% ibu hamil yang mengalami anemia defisiensi besi dengan pemberian 90 tablet Fe selama kehamila, hanya menurunkan 40% kejadian anemia. Sehingga masih terdapat 27% ibu hamil yang mengalami anemia defisiensi besi dan 9% lainnya masih anemia (Mutmaina R, 2021). Keadaan ini mengharuskan ibu hamil untuk mengkonsumsi suplementasi tambah yang dapat meningkatkan kebutuhan zat besi ibu selama masa kehamilan agar tidak terjadi anemia selama masa kehamilan. Hasil penelitian Gozali (2018) juga menghasilkan kesimpulan yang sama, yakni terdapat hubungan yang signifikan ($p < 0,05$) pola makan dengan kejadian anemia pada ibu hamil. Dari koefisien r hitung = 0,93 (93%). Hal ini berarti 93% anemia dipengaruhi oleh pola makan.

Metode food recall 24 jam adalah metode mengingat tentang pangan yang dikonsumsi pada periode 24 jam terakhir (dari waktu tengah malam sampai waktu tengah malam lagi, atau dari bangun tidur sampai bangun tidur lagi) yang dicatat dalam ukuran rumah tangga (URT). Metode Food Recall 24 Jam merupakan indikator status gizi yang paling umum digunakan. Data survei konsumsi pangan diperoleh melalui wawancara antara petugas survei (disebut enumerator) dengan subyek (sasaran survei) atau yang mewakili subyek (disebut responden). Pangan yang dicatat meliputi: nama masakan atau makanan, porsi masakan dalam ukuran rumah tangga (URT), bahan makanan dalam URT, serta informasi harga per porsi perlakuan ini diberi dalam seminggu.

Hasil penelitian Wahyuni Y (2019) , dengan jumlah responden 50. Responden yang memiliki pola makan baik dan tidak anemia sebanyak 34%, responden yang memiliki pola makan baik dan anemia sebanyak 0%, responden yang memiliki pola makan cukup dan tidak anemia sebanyak 6%, sedangkan responden yang memiliki pola makan cukup dan anemia sebanyak 26%, responden yang

memiliki pola makan kurang dan tidak anemia sebanyak 0%, terakhir responden yang memiliki pola makan kurang dan anemia sebanyak 34%. Hasil uji statistik dengan korelasi spearman rho diketahui nilai signifikansi = 0,000, lebih kecil dari 0,05 ($0,000 < 0,05$) maka dapat disimpulkan hubungan pola makan dengan kejadian anemia adalah signifikan. Nilai korelasi spearman rho = 0,842 masuk dalam kategori sangat kuat, menunjukkan semakin memiliki pola makan yang baik, maka ibu hamil tidak mengalami anemia.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa: Ada hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia. Hasil penelitian ini memperlihatkan adanya hubungan pola makan dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Langgikima Pesisir dengan p value = 0,02, lebih kecil dari 0,05 ($0,02 < 0,05$) atau signifikan ada hubungan dimana H_a di terima dan H_0 di tolak.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriyani *et al.* (2022) 'The Effect of Additional Blood Tablets (Fe) Towards Increasing Hemoglobin Levels in Pregnant Women in Trimester I in Puskesmas Laosu , Konawe Regency', *NeuroQuantology*, 20(8), pp. 86–90. doi:10.14704/nq.2022.20.8.NQ44009.
- Depkes RI 2017. Profil Kesehatan Indonesia. Jakarta: Departemen Kesehatan republic Indonesia.
- Depkes RI 2020. Profil Kesehatan Indonesia. Jakarta: Departemen Kesehatan republic Indonesia.
- Gozali Wigutomo, 2018. Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Buleleng III : *Jurnal of Natural Sciences Enginieering*.
- Kemenkes 2019. Hasil Riset Kesehatan Dasar. Jakarta : Badan penelitian dan pengembangan Kesehatan Kementrian Kesehatan RI.
- Mariana Dina, Wulandari D, 2018. Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Jalan Gedang Bengkulu : *Jurnal Keperawatan Silampari*.
- Muliarini Prita, 2017. Pola Makan dan Gaya Hidup Sehat Selama Kehamilan. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Nurhayati Yeti, Dartiwen, 2019. Asuhan Kebidanan pada Kehamilani. Yokyakarta : CV Andi.
- Priyanti Sri, dkk, 2020. Anemia dalam Kehamilan. Mojokerto : Stikes Majapahit Mojokerto.
- Manuaba 2014. Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan, dan KB. Jakarta : EGC
- Mutmaina R 2021. Pengaruh Pemberian Madu Kelor Terhadap Kadar Hemoglobin Dan Indeks Eritrosit Pada Ibu Hamil Anemia Di Puskesmas Turikale Dan Puskesmas Lau Kabupaten Maros : Tesis.
- Riskesdas 2018. Laporan Hasil Riset Kesehatan Daerah Sulawesi Tenggara : Badan Litbangkes Kementrian Kesehatan RI.
- Saifuddin, AB, 2018. Ilmu Kebidanan. Jakarta : PT Pustaka Sarwono Prawihardjo
- Sugiyono, 2019. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dsm R&D. Bandung : Alfabeta.
- Wahyuni Y, 2019. Hubungan Pola Makan terhadap Kejadian Anemia Pada Ibu Hanil di Puskesmas Kecamatan Pulo Dadung. Jakarta Timur.