

Hubungan Status Gizi Dan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Sungai Andai

Nirmala Evandany^{1*}, Yayuk Puji Lestari², Meldawati³, Frani Mariana⁴
^{1,2,3,4} Universitas Sari Mulia

Email Penulis Korespondensi: nirmalaanya270@gmail.com

Article History:

Received Feb 2nd, 2026

Accepted Apr 11st, 2026

Publish Apr 30th, 2026

Abstrak

Anemia pada kehamilan masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang berdampak pada ibu dan janin. Salah satu faktor penyebabnya adalah status gizi yang kurang dan pola makan yang tidak seimbang. Di Puskesmas Sungai Andai pada tahun 2024, prevalensi anemia pada ibu hamil tergolong tinggi terdapat total 93 ibu hamil dengan anemia sehingga perlu diteliti faktor penyebabnya. Mengetahui hubungan status gizi dan pola makan dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Sungai Andai. Penelitian ini menggunakan desain observasional analitik dengan pendekatan *cross-sectional* dan teknik total sampling. Status gizi diukur dengan Lingkar Lengan Atas (LILA), kadar hemoglobin diperiksa untuk menentukan anemia, dan pola makan dinilai melalui kuesioner. Analisis data menggunakan uji *Chi-square*. Uji *Chi-square* menunjukkan adanya hubungan signifikan antara status gizi dengan kejadian anemia ($p\text{-value} = 0,000$) serta antara pola makan dengan kejadian anemia ($p\text{-value} = 0,000$). Ibu hamil dengan status gizi kurang dan pola makan kurang baik lebih berisiko mengalami anemia. Status gizi dan pola makan berhubungan dengan kejadian anemia pada ibu hamil. Disarankan ibu hamil meningkatkan asupan gizi, rutin mengonsumsi tablet Fe, dan melakukan pemeriksaan kehamilan minimal 6 x selama kehamilan. Tenaga kesehatan diharapkan memberikan konseling gizi secara rutin pada setiap pemeriksaan.

Kata Kunci: Status Gizi, Pola Makan, Anemia, Ibu Hamil, Puskesmas Sungai Andai

Abstract

Toothache is a disease that usually attacks the pulp tissue or the tissue around the teeth. Toothache can be caused by stimulating activities on the teeth and can also appear spontaneously, causing inflammation of the dental pulp. The correct handling of toothache complaint is by using the right medication needed. To analyze the correlation between public knowledge and the use of drugs for toothache in the working area of the Asam- Asam Public Health Center. Analytic observational with cross sectional design and sampling technique using purposive sampling. The data collection instrument used a questionnaire google form. Based on research results from respondents knowledge in the category good as many as 16 people (24%), enough as many as 37 people (56%) and less as many as 13 people (20%). The results of the use of drugs for toothache in all respondent is irrational. Spearman rho test results obtained a significance value $0,000 < 0,05$, the correlation coefficient is 0,681 and the direction of correlation is positive. It shows that there is correlation between public knowledge of the use of medicine for toothache. Based on the results of research that has been carried out, public knowledge relates to the rational use drugs for toothache. The need for information and education related to the use of drugs for toothache rationally.

Keywords: Correlation, public knowledge, toothache, toothache drugs

1. PENDAHULUAN

Kehamilan adalah suatu masa yang berperan dalam menentukan kesehatan bayi mulai dari janin sampai pada tingkat kehidupan berikutnya. Kekurangan gizi selama hamil dapat menyebabkan gangguan perkembangan otak janin, bayi lahir dengan berat badan rendah, serta meningkatkan risiko

komplikasi bagi ibu. Ibu hamil memerlukan tambahan energi, protein, vitamin, dan mineral terutama zat besi karena kekurangannya dapat menimbulkan anemia.

Anemia dalam kehamilan ($Hb < 11 \text{ g\%}$) umumnya disebabkan oleh defisiensi zat besi akibat asupan kurang dan gangguan penyerapan. Kondisi ini berisiko menyebabkan abortus, persalinan prematur, perdarahan postpartum, hingga kematian ibu dan bayi. Untuk mencegahnya, pemerintah melalui program tahun 2024 memberikan Multi Micronutrient Supplement (MMS) yang mengandung 10 vitamin dan 5 mineral penting bagi ibu hamil.

Menurut WHO (2022), 40% ibu hamil di dunia mengalami anemia, terutama karena kekurangan gizi dan infeksi. Data Riskesdas 2018 menunjukkan prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia mencapai 48,9%, meningkat dibanding tahun 2013. Di Kalimantan Selatan tahun 2021 tercatat 19,6% ibu hamil mengalami anemia.

Di Kota Banjarmasin tahun 2023, Puskesmas Sungai Andai menempati urutan pertama kasus anemia tertinggi: dari 734 ibu hamil, 107 orang (14,6%) mengalami anemia. Faktor-faktor penyebab anemia antara lain status gizi buruk, pola makan tidak seimbang, usia ibu berisiko (<20 atau >35 tahun), serta paritas tinggi.

Penelitian sebelumnya menunjukkan adanya hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia: ibu hamil dengan gizi baik berisiko jauh lebih rendah mengalami anemia dibanding yang bergizi kurang. Pola makan yang sehat dan konsumsi tablet tambah darah minimal 90 tablet selama kehamilan sangat dianjurkan untuk pencegahan.

Hasil studi pendahuluan di Puskesmas Sungai Andai tahun 2024 menunjukkan sebagian besar ibu hamil anemia memiliki status gizi kurang dan pola makan tidak baik, serta jarang mengonsumsi tablet Fe. Oleh karena itu, penting dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan status gizi dan pola makan dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Sungai Andai untuk mencegah dampak buruk bagi ibu dan janin.

2. METODOLOGI PENELITIAN

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan metode penelitian metode penelitian Observasional Analitik dengan desain penelitian *cross-sectional*. Penelitian ini telah dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Sungai Andai. Populasi yang di gunakan dalam penelitian ini adalah ibu hamil dengan anemia di wilayah kerja Puskesmas Sungai Andai yang tercatat dari data kunjungan Ibu hamil 5 bulan terakhir dari bulan Januari-Juli ibu hamil dengan anemia berjumlah 37 orang.

Sampel dalam penelitian ini adalah total *sampling*. Metode total *sampling* adalah metode pengambilan sampel yang jumlah sampelnya sama dengan jumlah populasi. Maka sampel yang diambil dalam penelitian ini seluruh ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Sungai Andai yang tercatat dari data kunjungan Ibu hamil 5 bulan terakhir dari bulan Januari-Juli ibu hamil dengan anemia berjumlah 37 orang.

Instrumen penelitian adalah kuesioner pola makan dari penelitian (Qomariyah, 2023), dan lembar pengisian mengenai hasil pemeriksaan LILA dan Hb ibu hamil di Puskesmas Sungai Andai.

Data di kumpulkan melalui wawancara menggunakan kuesioner yang di susun oleh peneliti. Berdasarkan hasil yang didapatkan menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil di Puskesmas Sungai Andai memiliki karakteristik umur tidak berisiko sebanyak 34 orang (91,9%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas ibu hamil berada pada kelompok usia yang aman untuk menjalani kehamilan. Berdasarkan paritas, sebagian besar responden adalah multipara yaitu sebanyak 20 orang (54,1%), sehingga dapat disimpulkan bahwa ibu hamil di wilayah ini umumnya telah memiliki pengalaman kehamilan sebelumnya.

Berdasarkan status gizi, mayoritas responden mengalami Kekurangan Energi Kronis (KEK) yaitu sebanyak 24 orang (64,9%). Kondisi ini mengindikasikan bahwa masih banyak ibu hamil yang belum terpenuhi kebutuhan gizinya dengan baik, sehingga berpotensi menimbulkan masalah kesehatan selama kehamilan.

Jika ditinjau dari pola makan, sebagian besar responden memiliki pola makan yang baik yaitu sebanyak 27 orang (73%). Meskipun demikian, masih terdapat 27% responden dengan pola makan kurang baik yang berisiko memperburuk status gizi maupun kondisi kehamilan.

Adapun terkait kejadian anemia, mayoritas responden mengalami anemia ringan yaitu sebanyak 30 orang (81,1%). Hal ini menunjukkan bahwa anemia masih menjadi masalah kesehatan yang cukup dominan di kalangan ibu hamil, meskipun sebagian besar berada pada kategori ringan.

Secara keseluruhan, dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden adalah ibu hamil dengan usia tidak berisiko, multipara, memiliki status gizi kurang/KEK, pola makan baik, dan mengalami anemia ringan. Temuan ini menggambarkan bahwa meskipun sebagian besar ibu hamil berada pada usia aman dan memiliki pola makan yang baik, namun masih banyak yang mengalami kekurangan gizi dan anemia, sehingga diperlukan perhatian khusus dalam upaya pencegahan maupun penanganan anemia pada ibu hamil.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

1) Hasil

Tabel 1. Hubungan usia dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Sungai Andai

Umur Ibu Hamil	N	Persen %
Tidak Berisiko	34	91.9
Berisiko	3	8.1
Total	37	100

Tabel 2. Hubungan paritas dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Sungai Andai

Paritas Ibu Hamil	N	Persen %
Primipara	10	27
Multipara	20	54.1
Grande Multipara	7	18.9
Total	37	100

Tabel 3. Hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Sungai Andai

Status Gizi	Anemia Ibu Hamil		p-value
	Anemia Ringan (f) (%)	Anemia Sedang (f) (%)	
Normal	6 46%	7 53.80%	0,000
KEK	24 100%	0 0.00%	
Total	37 100%		

Tabel 4. Hubungan pola makan dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Sungai Andai

Pola Makan	Anemia Ibu Hamil		p-value
	Anemia Ringan (f) (%)	Anemia Sedang (f) (%)	

Baik	26	96%	1	3.70%	0,000
Kurang Baik	4	40%	6	60%	
Total	37	100%			

2) Pembahasan

Andai, berdasarkan usia, terdapat 3 orang (8.1%) ibu hamil dengan usia beresiko dan sebanyak 34 orang (91.9%) ibu hamil dengan usia tidak beresiko. Hasil dari penelitian ini menyatakan tidak adanya hubungan usia dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Sungai Andai didapatkan signifikansi 0,383, maka H_0 ditolak dan H_a diterima artinya tidak ada hubungan antara umur dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Sungai Andai.

Anemia pada ibu hamil akan diperberat bila hamil pada ibu hamil akan diperberat bila hamil pada usia < 20 tahun, karena ibu muda tersebut membutuhkan zat besi lebih banyak untuk keperluan pertumbuhan diri sendiri serta bayi yang dikandungnya. Kondisi fisik ibu hamil dengan usia lebih dari 35 tahun sudah menurun. Hal ini menyebabkan penurunan kinerja tubuh dalam menyerap zat besi. Cadangan zat besi pada usia > 35 tahun juga mengalami penurunan.

Hal ini tidak sesuai dengan teori yang ada namun sejalan dengan penelitian yang dilakukan Musfida di Puskesmas Sebatung hasil dari penelitian ini menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara usia dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Sebatung. Hal ini terlihat dari nilai signifikansi 0,381 dengan koefisien korelasi sebesar 0,132. Karena signifikansi >0,05, maka H_0 diterima dan H_a ditolak.

Usia dengan kejadian anemia juga di tunjukkan oleh penelitian oleh Yubi Subhi Isnaini di Puskesmas Sowi hasil penelitiannya menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara usia, paritas, dan pekerjaan terhadap kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Sowi dimana hasil analisis data usia ibu menunjukkan nilai p value = 0.605 > 0.05.

Temuan penelitian lainnya oleh Yuvita di Puskesmas Pangkoh hasil menunjukkan hasil analisis data uji chi-square didapatkan nilai signifikancy p-value 0,072 > 0,05, yang artinya tidak ada hubungan umur dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Pangkoh.

Paritas dengan kejadian anemia pada ibu hamil berdasarkan paritas, terdapat 10 orang (27%) ibu hamil primipara dan 20 ibu hamil (54.1%) multipara, dan 7 (18.9 %) ibu hamil grande multipara. Hasil dari penelitian ini menyatakan tidak adanya hubungan usia dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Sungai Andai karena signifikansi 0,383, maka H_0 ditolak dan H_a diterima artinya tidak ada hubungan antara usia dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Sungai Andai.

Makin sering seorang wanita mengalami kehamilan dan melahirkan akan makin banyak kehilangan zat besi dan makin besar kejadian anemia. Terlalu sering hamil dan melahirkan akan terjadi kenaikan jumlah plasma darah menjadi lebih banyak dan ini akan menimbulkan hemodilusi yang lebih banyak juga. Ibu dengan riwayat melahirkan >3 kali akan berisiko hadapi komplikasi yang serius yaitu semacam perdarahan, dimana kondisi ini dipengaruhi oleh anemia sepanjang kehamilannya. Selain itu, pendarahan tersebut menyebabkan ibu banyak kehabisan hemoglobin serta persediaan Fe (zat besi) menyusut sehingga di kehamilan selanjutnya jadi lebih berisiko terkena anemia lagi.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Musfida di Puskesmas Sebatung hubungan antara paritas dengan kejadian anemia pada ibu hamil dalam penelitian ini diperoleh hasil koefisien korelasi 0 dan nilai signifikansi 1. Hal ini berarti H_0 diterima dan H_a ditolak yang artinya tidak ada hubungan antara paritas dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Sebatung.

Paritas dengan kejadian anemia juga di tunjukkan oleh penelitian Yubi Subhi Isnaini di Puskesmas Sowi untuk hasil analisis data paritas ibu menunjukkan nilai p value= 0.570 > 0.05 yang artinya tidak ada hubungan antara paritas dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Sowi.

Temuan penelitian lainnya oleh Yuvita di Puskesmas Pangkoh hasil menunjukkan hasil analisis data uji chi-square didapatkan nilai signifikansi $p\text{-value } 0,072 > 0,05$ yang artinya tidak ada hubungan paritas dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Pangkoh.

Status gizi dengan kejadian anemia pada ibu hamil berdasarkan status gizi, terdapat orang 13 (35.1%) ibu hamil dengan status gizi normal dan terdapat 24 orang (64.9%) ibu hamil dengan status gizi kurang KEK. Hasil dari penelitian ini menyatakan ada hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia didapatkan signifikansi 0,000, maka H_0 ditolak dan H_a diterima artinya ada hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Sungai Andai. Pada 37 responden ibu hamil, yang memiliki status gizi normal terdapat 6 orang (46.2%) ibu hamil dengan anemia ringan, terdapat 7 orang ibu hamil dengan anemia sedang (53.8%) yang memiliki status gizi normal, dan terdapat 24 orang ibu hamil dengan anemia sedang (100%) yang memiliki status gizi kurang/KEK.

Penyebab anemia salah satunya adalah status gizi kurang. Dalam kehamilan, penurunan kadar hemoglobin yang dijumpai selama kehamilan disebabkan oleh karena dalam kehamilan keperluan zat makanan bertambah dan terjadinya perubahan-perubahan dalam darah. Apabila status gizi ibu kurang maka asupan keperluan zat makanan tidak adekuat sehingga mengakibatkan anemia.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Musfida di Puskesmas Sebatung hasil menunjukkan koefisien korelasi 0,317 dan signifikansi 0,032. Karena signifikansi $<0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima artinya ada hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Sebatung.

Status gizi dengan kejadian anemia juga ditunjukkan oleh penelitian Merdayanti di Puskesmas Tanjung Enim hasil menunjukkan Hasil uji korelasi Spearman Rank diperoleh $P\text{-Value } 0.04 < 0.05$ yang artinya ada hubungan status gizi ibu hamil trimester III dengan kejadian anemia. Temuan penelitian lainnya oleh Putri di puskesmas Kedungpring menunjukkan hasil terdapat hubungan status gizi LILA dengan anemia pada ibu hamil dengan $p\text{ value sebesar } 0,003 (<0,005)$.

Pola makan dengan kejadian anemia pada ibu hamil berdasarkan pola makan, terdapat 27 orang (73%) ibu hamil yang memiliki pola makan yang baik dan yang memiliki pola makan kurang baik 10 orang (27%). Berdasarkan kejadian anemia didapatkan sebanyak 30 ibu hamil (81.1%) anemia ringan dan sebanyak 7 ibu hamil (18.9%) anemia sedang.

Hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Sungai Andai dalam penelitian ini menyatakan ada hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia pada ibu hamil. Karena signifikansi 0,000, maka H_0 ditolak dan H_a diterima maka. Artinya ada hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Sungai Andai.

Pada 37 responden ibu hamil, yang memiliki pola makan yang baik terdapat 26 orang ibu hamil dengan anemia ringan (96.3%) yang memiliki pola makan yang baik kemudian terdapat 1 orang ibu hamil dengan anemia ringan (40%) yang memiliki pola makan kurang baik, dan yang memiliki pola makan yang baik terdapat 4 orang (3.7%) ibu hamil yang mengalami anemia sedang, terdapat 6 orang (60%) ibu hamil dengan anemia sedang yang memiliki pola makan yang kurang baik.

Pola makan ibu hamil sedikit berbeda dengan yang lainnya, mulai dari jenis, jumlah, dan frekuensi makan. Dimana ibu hamil harus memenuhi kebutuhan gizinya dimulai dari karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral yang cukup dan seimbang untuk proses tumbuh dan berkembangnya janin. Jenis, jumlah, dan frekuensi makan dapat disesuaikan lagi dengan kondisi ibu hamil tersebut, karena setiap ibu hamil memiliki kondisi yang berbeda-beda.

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti memberikan rekomendasi untuk pemberian edukasi kesehatan mengenai pola makan yang baik guna mencegah KEK dan anemia pada ibu hamil. Edukasi pola makan yang dimaksud mencakup pola makan dan jenis makanan yang dapat memenuhi nutrisi ibu selama kehamilan

Hamil:<https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20241018/2246644/menkes-tekankan-pentingnya-ragam-mikronutrien-bagi-ibu-hamil/> abgerufen

Mariyamah, M. H. (2024). P Pengaruh KIE Dengan Kepatuhan Pengisian Kartu Kontrol Tablet Tambah Darah Pada Ibu Hamil Di Klinik Pratama Gratis Dhuafa Tersenyum Banjarmasin. *In Proceeding Of Sari Mulia Univer*.

Mufdlilah. (2017). *Panduan Asuhan Kebidanan Ibu Hamil*. Yogyakarta: Focus Media.

Musfida, N. H. (2022). Hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Sebatung. *Midwifery And Complementary Care*, 73-78.

Nasional, K. E. (2021). *Pedoman dan Standar Etik Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Nasional*. Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (LPB).

Priyanti, S. &. (2020). *Anemia Dalam Kehamilan*. Mojokerto: E-Book Penerbit Stikes Majapahit.

Putri, D. P. (2023). Hubungan Status Gizi (LILA) dengan Anemia pada Ibu Hamil. *Jurnal Keperawatan*, 103-111.

Qomariyah, J. L. (2023). *Hubungan Antara Pola Makan Dan Pola Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gombong*. Skripsi, Universitas Muhammadiyah Gombong.

Revita, T. S. (2024). Hubungan pola makan dengan kejadian anemia pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Sleman Yogyakarta. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1384-1391.

Sasono, H. A. (2021). Hubungan tingkat pendidikan dengan kejadian anemia pada ibu hamil di beberapa wilayah Indonesia. *Jurnal Medika Malahayati*, 59-66.