

## HUBUNGAN ANTARA KONSUMSI GIZI SEIMBANG DAN USIA DENGAN KEJADIAN *ANEMIA GRAVIDARUM* PADA IBU HAML TRIMESTER III

## RELATIONSHIP BETWEEN CONSUMPTION OF BALANCED NUTRITION AND AGE WITH THE INCIDENCE OF *GRAVIDARUM ANEMIA* IN HAML MOTHERS OF THE III TRIMESTER

Ria Sholikhah\*<sup>1</sup>, Erike Yunicha Viridula<sup>2</sup>, Dewi Nur Afifi<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Universitas Kadiri; Jl.Selomangleng No.1 Kota Kediri, (0354)775074

Program Studi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kadiri Kediri

e-mail: \*riasholikhah@gmail.com

### ABSTRAK

Penyebab utama *anemia* kurang besi tampaknya adalah karena konsumsi zat besi yang tidak cukup dan absorpsi *zat besi* yang rendah dari pola makanan, memberikan *tablet besi* 60 mg/hari dan dilakukan penyuluhan gizi ibu hamil dan menyusui. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara konsumsi gizi seimbang dan usia dengan kejadian *anemia gravidarum* pada ibu hamil trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Kertosono Tahun 2022.

Metode yang digunakan analitik korelasi. Populasi penelitian adalah seluruh ibu hamil trimester III sebanyak 49 ibu hamil, dengan *total sampling*. Instrumen yang digunakan adalah *Hb meter sahli* dan *angket* yang berupa *checklist*. Untuk mencari ada tidaknya hubungan antara konsumsi gizi seimbang dan usia dengan kejadian anemia pada ibu hamil (tribulan I dan tribulan III) menggunakan *uji kolerasi Spearman Rank (Rho)*.

Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan yang kuat dengan arah hubungan positif (+) antara konsumsi gizi seimbang dengan kejadian anemia gravidarum pada ibu hamil trimester III dan ada hubungan yang kuat dengan arah hubungan positif (+) antara usia dengan kejadian anemia gravidarum pada ibu hamil trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Kertosono Tahun 2022. Responden diharapkan dapat memahami tentang Anemia serta berupaya untuk meningkatkan kesehatan selama hamil untuk menunjang terjaminnya kesehatan ibu terutama kesehatan bayi.

Kata kunci: konsumsi gizi seimbang, usia, kejadian *anemia gravidarum*

### ABSTRACT

The main causes of iron deficiency anemia seem to be insufficient iron consumption and low iron absorption from the diet pattern, giving iron tablets of 60 mg/day, and conducting nutritional counseling for pregnant and lactating women. The purpose of this study is to determine the relationship between balanced nutritional consumption and age with the incidence of gravidarum anemia in pregnant women in the THIRD trimester in the Kertosono Health Center Working Area in 2022.

The method used correlation analytics. The study population was all 49 pregnant women in the III trimester, with total sampling. The instruments used are a Hb meter

*Sahli and a questionnaire in the form of a checklist. To find the presence or absence of a relationship between balanced nutritional consumption and age with the incidence of anemia in pregnant women (tribulation I and tribulation III) using the Spearman Rank (Rho) toleration test.*

*The results showed that there was a strong relationship with the direction of positive relationship (+) between the consumption of balanced nutrition with the incidence of gravidarum anemia in pregnant women in the III trimester and there was a strong relationship with the direction of a positive relationship (+) between age and the incidence of gravidarum anemia in pregnant women in the Third trimester in the Kertosono Health Center Working Area in 2022. Respondents are expected to understand Anemia and strive to improve health during pregnancy to support the assurance of maternal health, especially the health of the baby.*

*Keywords: consumption of balanced nutrition, age, the incidence of anemia gravidarum*

## PENDAHULUAN

Di dalam strategi “*Making Pregnancy Safer (MPS)*” disebutkan bahwa dalam konteks mencapai Indonesia Sehat 2015 pemerintah mempunyai visi yaitu semua perempuan Indonesia dapat menjalani kehamilan dan persalinan dengan aman serta bayi yang dilahirkan hidup dan sehat. Hal ini memerlukan peningkatan mutu Sumber Daya Manusia (SDM) yang dapat terwujud jika tercapainya kehamilan yang baik serta tumbuh kembang bayi dan anak yang optimal, dengan cara meningkatkan nutrisi ibu hamil untuk mempersiapkan tubuh dalam menunjang pertumbuhan janin. (Zulhaida Lubis, 2014).

*Anemia* adalah masalah kesehatan dengan *prevalensi* tertinggi pada wanita hamil. *Anemia* yang berhubungan dengan meningkatnya kesakitan ibu. *Prevalensi anemia* pada ibu hamil di Indonesia adalah 70%, atau 7 dari 10 wanita hamil menderita *anemia*. Pada tribulan pertama kehamilan, zat besi yang dibutuhkan sedikit karena tidak terjadi menstruasi dan pertumbuhan janin masih lambat.

Menginjak tribulan kedua hingga ketiga, volume darah dalam tubuh wanita akan meningkat sampai 35%, ini *ekuivalen* dengan 450 mg zat besi untuk memproduksi sel darah merah. Sel darah merah harus mengangkut oksigen lebih banyak untuk janin. Sedangkan saat melahirkan, perlu tambahan besi 300 - 350 mg akibat kehilangan darah. Sampai saat melahirkan, wanita hamil butuh zat besi sekitar 40 mg per hari atau dua kali lipat kebutuhan kondisi tidak hamil (Rasmaliah, 2016).

*Anemia* karena defisiensi zat besi merupakan penyebab utama *anemia* pada ibu hamil dibandingkan dengan *defisiensi zat gizi* lain. Oleh karena itu *anemia gizi* pada masa kehamilan sering diidentikkan dengan anemia gizi besi. Hal ini juga diungkapkan oleh Simanjuntak (2014), “bahwa sekitar 70 % ibu hamil di Indonesia menderita anemia gizi”. *Anemia defisiensi zat besi* merupakan masalah gizi yang paling lazim di dunia dan menjangkiti lebih dari 600 juta manusia, dengan frekuensi yang masih cukup tinggi, berkisar antara 10% dan 20% (Prawirohardjo, 2014).

Di Indonesia, penderita *anemia gizi* pada tahun 2005 dari 4 juta ibu hamil 2 juta menderita *anemia gizi* dan 1 juta menderita *Kurang Energi Kronis (KEK)* dan banyak penelitian yang menunjukkan *prevalensi anemia* pada wanita hamil di Indonesia lebih besar dari 50% dan meningkat pada tribulan ketiga berkisar 50-79% (Amiruddin, 2017). Mengingat sebagian besar ibu hamil mengalami *anemia*, maka setiap ibu hamil

## Article Information

Received August 27, 2022 | Revised September 25, 2022 | Accepted October 25, 2022

dianjurkan untuk memeriksakan darah minimal dua kali selama masa kehamilan yaitu pada tribulan I dan tribulan II serta mengonsumsi *tablet zat besi* yang mengandung 60 mg *ferro sulfat* dan 0,250 mg *asam folat*. Selain itu dianjurkan untuk mengonsumsi makanan dalam porsi lebih, artinya makan lebih banyak dibandingkan ketika belum mengandung. Pada setiap tahap kehamilan dibutuhkan makanan dengan kandungan gizi yang berbeda dan disesuaikan dengan kondisi tubuh dan perkembangan janin (Rasmaliah, 2016).

Dari data di register PWS KIA Puskesmas di Kabupaten Blitar Tahun 2011 jumlah ibu hamil sebanyak 99 orang, dari jumlah tersebut 84 ibu hamil (84,8%) menderita *anemia* dengan  $Hb < 11$  gr% dan 15 ibu hamil (15,15%) tidak *anemia* dengan  $Hb > 11$  gr%. Data di Wilayah Kerja Puskesmas Kertosono Tahun 2022 menunjukkan total ibu hamil 49 orang dan 19 orang ibu hamil mengalami *anemia* (38,7%). Dari data di atas maka dapat diketahui bahwa masih tingginya kejadian *anemia gravidarum* pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Kertosono Tahun 2022.

Penyebab utama *anemia* kurang besi tampaknya adalah karena konsumsi zat besi yang tidak cukup dan absorpsi *zat besi* yang rendah dari pola makanan yang sebagian besar terdiri dari nasi, dan menu yang kurang beraneka ragam. Konsumsi *zat besi* dari makanan tersebut sering lebih rendah dari dua pertiga kecukupan konsumsi *zat besi* yang dianjurkan, dan susunan menu makanan yang dikonsumsi tergolong pada tipe makanan yang rendah absorpsi *zat besinya* (Mahyuliansyah, 2016). Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Desa Langon Kecamatan Ponggok terdapat ibu hamil trimester III yang mengalami *anemia gravidarum*. Dari 10 ibu hamil yang mengalami *anemia* disebabkan oleh beberapa faktor yaitu pola makan ibu yang salah yakni tidak mengonsumsi asupan gizi seimbang saat hamil, 5 (11,9%), 3 orang (3,57%) ibu hamil dengan usia  $< 20$ th, dan 2 (2,38%) dengan *grandemultipara*.

Dampak mikro terjadinya *anemia gravidarum* pada kehamilan ibu akan mengakibatkan sering merasakan cepat lelah saat beraktifitas, kepala pusing, mata berkunang-kunang, dan telapak tangan serta kuku pucat, dapat mempengaruhi kesehatan ibu dan tumbuh kembang janin (cacat bawaan, kematian janin di dalam kandungan, *abortus*, berat badan lahir rendah (BBLR) (Arisman, 2017). Sedangkan dampak *anemia* kehamilan secara makro dapat mengakibatkan tingginya Angka Kematian Ibu (AKI) dan Angka Kematian Bayi (AKB).

*Anemia* dalam kehamilan juga dapat dicegah atau diobati dengan makanan yang banyak mengandung *zat besi* dari bahan makanan hewani seperti daging, ikan, ayam, hati, telur dari bahan makanan nabati seperti sayuran berwarna hijau, kacang-kacangan dan tempe. Sayuran dan buah 0 buahan banyak mengandung vitamin C yang bermanfaat untuk meningkatkan penyerapan *zat besi* dalam usus. Selain itu ibu hamil perlu diberikan suplemen *zat besi* minimal 90 tablet, 1 tablet mengandung *Ferro Sulfat* atau 60 mg besi *elemental* dan 0,25 mg *asam folat*. Tablet ini diminum tiap hari terutama pada tribulan III kehamilan (Depkes RI, 2014).

Penanggulangan *anemia* dalam kehamilan menurut tingkatan pelayanan antara lain di Puskesmas untuk pemeriksaan klinis dan pemeriksaan laboratorium, memberikan *tablet besi* 60 mg/hari dan dilakukan penyuluhan gizi ibu hamil dan menyusui (Sarwono, 2014). Selain itu sebaiknya ibu hamil melakukan pemeriksaan sebelum hamil sehingga dapat diketahui data dasar kesehatan umum calon ibu tersebut. Dalam pemeriksaan kesehatan perlu dilakukan pemeriksaan *laboratorium tinja* untuk mengetahui adanya infeksi parasit. Pengobatan *infeksi cacing relative* mudah dan murah (Manuaba, 1998).

Menurut peneliti pengidentifikasian kejadian *anemia gravidarum* pada ibu hamil secara individu dengan *home visit*, dimungkinkan dilakukan oleh peneliti dan belum pernah dilakukan. Hal ini juga bermanfaat baik bagi responden maupun institusi maka peneliti tertarik untuk mengungkap tentang hubungan antara konsumsi gizi seimbang dan usia dengan kejadian *anemia gravidarum* pada ibu hamil trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Kertosono Tahun 2022.

Berdasarkan uraian di atas penelitian yang akan dilakukan berjudul “Hubungan antara konsumsi gizi seimbang dan usia dengan kejadian *anemia gravidarum* pada ibu hamil trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Kertosono Tahun 2022”.

## METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini rancangan yang digunakan adalah *analitik korelasional*. Pemilihan rancangan *analitik* tersebut berdasarkan atas penyesuaian dengan tujuan penelitian. Sedangkan berdasarkan cara pengumpulan datanya, rancangan penelitian ini mengambil metode *survey*. Rancangan penelitian berdasarkan tempat penelitian adalah lapangan. Berdasarkan waktunya, rancangan penelitian ini mengambil metode *crosssectional*. Hal ini dikarenakan waktu pengambilan data hanya dilakukan satu kali saja. Rancangan penelitian berdasarkan ada tidaknya perlakuan menggunakan metode *exposed facto*. Hal ini dikarenakan tidak diberikannya intervensi dalam pengungkapan fakta masalah dalam sebuah data. Berdasarkan sumber data rancangan penelitian ini menggunakan sumber data primer. Penggunaan data tersebut diambil karena mengingat peneliti harus mengambil langsung data yang diperlukan karena tidak ada dalam rekam medik.

Populasi dalam penelitian adalah seluruh ibu hamil trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Kertosono Tahun 2022 sebanyak 49 ibu hamil. Pada penelitian ini seluruh ibu hamil Trimeser III di Wilayah Kerja Puskesmas Kertosono Tahun 2022 sebanyak 49 responden. Pangambilan Sampel dalam Penelitian ini adalah menggunakan *total sampling*.

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini untuk mengetahui kejadian anemia gravidarum adalah *Hb meter sahli* dan untuk mengetahui konsumsi gizi seimbang dan umur digunakan *angket* yang berupa *checklist*. Untuk mencari ada tidaknya hubungan antara konsumsi gizi seimbang dengan kejadian anemia pada ibu hamil (tribulan I dan tribulan III) di hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Kertosono Tahun 2022 menggunakan *uji kolerasi Spearman Rank (Rho)* dengan taraf signifikansi  $\alpha = 0,05$ .

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik subjek dalam penelitian ini meliputi usia ibu, pendidikan ibu, pekerjaan ibu, paritas, umur kehamilan ibu dan jarak kehamilan. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden berumur  $< 17$  tahun yaitu sebanyak 16 responden (53,3 %) dari total 30 responden. Hampir setengahnya responden berpendidikan SMP yaitu sebanyak 12 responden (40 %) dari total 30 responden. Sebagian besar responden IRT yaitu sebanyak 19 responden (63,3 %) dari total 30 responden. Sebagian besar responden adalah primipara yaitu sebanyak 19 responden (63,3 %) dari total 30 responden. Seluruhnya responden hamil 7-9 bulan yaitu sebanyak 30 responden (100 %) dari total 30 responden. Sebagian besar responden jarak kehamilannya  $< 2$  tahun yaitu sebanyak 19 responden (63,3 %) dari total 30 responden.

### **Article Information**

Received August 27,2022 | Revised September 25,2022 | Accepted October 25,2022

Setelah pengambilan data, data di-coding, diedit, di-tabulating dan dianalisis didapatkan hasil sebagai berikut:

## 1. Konsumsi gizi seimbang

Tabel 1 Distribusi frekuensi konsumsi gizi seimbang

No.	Konsumsi gizi seimbang	Frekuensi	%
1.	Konsumsi gizi seimbang	13	43,3
2.	Tidak Konsumsi gizi seimbang	17	56,7
	Jumlah	30	100 %

Sumber: Hasil analisis data

Berdasarkan tabel 1 dapat diinterpretasikan bahwa sebagian besar responden tidak konsumsi gizi seimbang yaitu sebanyak 17 responden (43,3 %) dari total 30 responden.

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa sebagian besar responden tidak konsumsi gizi seimbang yaitu sebanyak 17 responden (43,3 %) dari total 30 responden. Pola konsumsi adalah susunan tingkat kebutuhan suatu rumah tangga atau seseorang dalam jangka waktu tertentu yang akan dipenuhi dengan pendapatan atau penghasilan yang akan diperoleh (Gafar, 2013). Gizi seimbang adalah makanan yang dikonsumsi individu dalam satu hari yang beraneka ragam dan mengandung *zat tenaga*, *zat pembangun* dan *zat pengatur* sesuai dengan kebutuhan tubuhnya (Paath, 2014).

Hal yang perlu diperhatikan bagi ibu hamil untuk mendapatkan gizi seimbang yaitu makan makanan yang bergizi sesuai dengan anjuran petugas kesehatan, makan dengan porsi lebih banyak dari sebelum hamil, makan makanan selingan dan tidak ada pantang makanan bagi ibu hamil. Gizi seimbang diperlukan untuk kesehatan ibu dan pertumbuhan serta perkembangan bayinya yang dapat dipenuhi oleh asupan *zat gizi* dari aneka ragam makanan (Depkes RI, 2013). Oleh karena itu, peran bidan dalam memberikan KIE tentang kebutuhan selama hamil khususnya mengenai konsumsi gizi seimbang diharuskan untuk mencegah kekurangan gizi pada ibu hamil dan diharapkan tidak terjadi komplikasi dalam kehamilan yaitu anemia gravidarum.

## 2. Usia

Tabel 2 Distribusi frekuensi usia

No.	Usia	Frekuensi	%
1.	Risiko Rendah	17	56,7 %
2.	Risiko Tinggi	13	43,3 %
	Jumlah	30	100 %

Sumber: Hasil analisis data

Berdasarkan tabel 2 dapat diinterpretasikan bahwa sebagian besar responden kategori usia risiko rendah yaitu sebanyak 17 responden (56,7 %) dari total 30 responden.

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa sebagian besar responden kategori usia risiko rendah yaitu sebanyak 17 responden (56,7 %) dari total 30 responden.

Berdasarkan tabel 5.1 diketahui bahwa sebagian besar responden berumur < 17 tahun yaitu sebanyak 16 responden (53,3 %) dari total 30 responden. Pada usia reproduktif (20-30 tahun) terjadi kesiapan respon maksimal baik dalam hal mempelajari sesuatu atau dalam menyesuaikan hal tertentu dan setelah itu sedikit demi sedikit menurun seiring dengan bertambahnya umur. Selain itu, pada usia reproduktif mereka lebih terbuka terhadap orang lain dan biasanya mereka akan saling bertukar pengalaman tentang hal yang sama yang pernah mereka alami. (Hurlock, E.B, 2014).

Wanita melahirkan anak pada usia < 20 tahun atau > 35 tahun merupakan faktor risiko terjadinya perdarahan pasca persalinan yang dapat mengakibatkan kematian maternal. Hal ini dikarenakan pada usia di bawah 20 tahun, fungsi reproduksi seorang wanita belum berkembang dengan sempurna. Sedangkan pada usia > 35 tahun fungsi reproduksi seorang wanita sudah mengalami penurunan dibandingkan fungsi reproduksi normal sehingga kemungkinan untuk terjadinya komplikasi pasca persalinan terutama perdarahan akan lebih besar. Oleh karena itu, peran bidan dalam memberikan KIE tentang kehamilan khususnya mengenai usia yang sehat dan aman untuk hamil dan melahirkan mencegah komplikasi dalam kehamilan dan persalinan.

### 3. Kejadian anemia

Tabel 3 Distribusi frekuensi anemia

No.	Kejadian Anemia	Frekuensi	%
1.	Tidak	21	70 %
2.	Anemia	9	30 %
Jumlah		30	100 %

Sumber: Hasil analisis data

Berdasarkan tabel 3 dapat diinterpretasikan bahwa sebagian besar responden tidak anemia yaitu sebanyak 21 responden (70 %) dari total 30 responden.

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa sebagian besar responden tidak anemia yaitu sebanyak 21 responden (70 %) dari total 30 responden. Faktor yang mempengaruhi anemia pada ibu hamil salah satunya adalah faktor usia. Pada umur 20-30 tahun merupakan umur reproduksi yang sehat dan aman. Berdasarkan tabel 5.1 diketahui bahwa sebagian besar responden berumur < 17 tahun yaitu sebanyak 16 responden (53,3 %) dari total 30 responden. Hasil penelitian ini berbeda dengan pernyataan Amiruddin (2017) bahwa kehamilan di usia 20 tahun rentan terjadi *anemia* karena secara biologis belum optimal emosinya cenderung labil, mentalnya belum matang sehingga mudah mengalami guncangan yang mengakibatkan kurangnya perhatian terhadap pemenuhan *zat gizi* selama kehamilannya. Salah satu hal yang mungkin menyebabkan perbedaan ini adalah adanya faktor lainnya yang mempengaruhi *anemia* selain faktor umur.

Faktor lain yang mempengaruhi *anemia* adalah faktor paritas. Berdasarkan tabel 5.4 diketahui bahwa sebagian besar responden adalah primipara yaitu sebanyak 19 responden (63,3 %) dari total 30 responden. Hasil penelitian ini berbeda dengan pernyataan Manuaba (2014) bahwa *anemia* merupakan komplikasi medis, dalam kehamilan makin sering seorang wanita mengalami kehamilan dan kelahiran akan semakin banyak kehilangan *zat besi* dan menjadi semakin *anemia*. Salah satu hal yang mungkin menyebabkan perbedaan ini adalah adanya faktor lainnya yang mempengaruhi *anemia* selain faktor paritas.

#### Article Information

Received August 27,2022 | Revised September 25,2022 | Accepted October 25,2022

Selain itu, faktor lain yang mempengaruhi kejadian anemia adalah faktor jarak kehamilan. Berdasarkan tabel 5.6 dapat diinterpretasikan bahwa sebagian besar responden jarak kehamilannya <2 tahun yaitu sebanyak 19 responden (63,3 %) dari total 30 responden. Hasil penelitian ini berbeda dengan pernyataan Wasnidar (2017) bahwa apabila ibu hamil mengandung bukan anak yang pertama, jarak kelahiran yang pendek mengakibatkan fungsi alat *reproduksi* masih belum optimal. Salah satu hal yang mungkin menyebabkan perbedaan ini adalah adanya faktor lainnya yang mempengaruhi *anemia* selain faktor jarak kehamilan.

Faktor yang mempengaruhi kejadian anemia adalah keadaan sosial ekonomi keluarga, usia, status kesehatan, paritas dan jarak kehamilan. Oleh karena itu, semua ibu harus merencanakan kehamilannya dan mencegah tanda bahaya dalam kehamilan khususnya *anemia*. Semua ibu hamil baik resiko tinggi atau rendah sebaiknya melakukan *antenatal care* secara teratur untuk mendeteksi secara dini tanda bahaya dalam kehamilan khususnya *anemia* sehingga memperoleh penanganan yang tepat (Manuaba, 2017).

#### 4. Konsumsi Gizi Seimbang dengan kejadian Anemia

Tabel 4 Tabulasi silang Antara Konsumsi Gizi Seimbang dengan Kejadian Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Kertosono Tahun 2022

			Anemia		Total
			Tidak anemia	Anemia	
Konsumsi gizi seimbang	Konsumsi gizi seimbang	Count	13	0	13
		% of Total	43.3%	.0%	43.3%
	Tidak konsumsi gizi seimbang	Count	8	9	17
		% of Total	26.7%	30.0%	56.7%
Total	Count	21	9	30	
	% of Total	70.0%	30.0%	100.0%	

Sumber: Hasil Analisis Data

Berdasarkan tabel 4 dapat diinterpretasikan bahwa sebagian besar responden yaitu 13 (62 %) mengkonsumsi gizi seimbang maka tidak mengalami anemia.

Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan *uji kolerasi Spearman's Rank (Rho)* diperoleh nilai  $\rho = 0,001$  dengan tingkat kepercayaan 95 % ( $\alpha = 0,05$ ) dapat dikatakan  $\rho < \alpha$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima, artinya ada hubungan antara konsumsi gizi seimbang dengan kejadian anemia gravidarum pada ibu hamil trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Kertosono Tahun 2022. Kekuatan korelasi dinyatakan oleh *correlation coefficient* sebesar 0,572 yang berarti tingkat hubungan antara konsumsi gizi seimbang dengan kejadian anemia gravidarum pada ibu hamil trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Kertosono Tahun 2022 dalam kategori kuat dengan arah hubungan positif (+) artinya semakin konsumsi gizi seimbang maka semakin tidak mengalami anemia.

Ada hubungan antara konsumsi gizi seimbang dengan kejadian anemia gravidarum pada ibu hamil trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Kertosono Tahun 2022. Berdasarkan tabel 5.10 dapat diinterpretasikan bahwa sebagian besar responden yaitu 13 (62 %) mengkonsumsi gizi seimbang maka tidak mengalami anemia. Hasil penelitian ini

sesuai dengan pernyataan Wasnidar (2017) bahwa Ibu dalam keadaan sakit kemampuan mengkonsumsi *zat gizi* juga berkurang ditambah lagi pada keadaan sakit terjadi peningkatan *metabolisme* tubuh, sehingga diperlukan asupan yang lebih banyak. Pada kondisi sakit asupan energi tidak boleh dilupakan ibu hamil dianjurkan mengkonsumsi tablet yang mengandung *zat besi*.

Gizi seimbang adalah pola konsumsi makan yang sesuai dengan kebutuhan gizi setiap individu untuk hidup sehat dan produktif. Agar sasaran keseimbangan gizi dapat dicapai, maka setiap orang harus mengkonsumsi minimal 1 jenis bahan makanan dari tiap golongan bahan makanan yaitu *Karbohidrat*, *protein* hewani dan nabati, sayuran, buah dan susu (Kodyat, 2015).

Kekurangan asupan gizi pada triwulan I dikaitkan dengan tingginya kejadian bayi lahir *prematurn*, kematian janin, dan kelainan pada sistem syaraf pusat bayi. Sedangkan kekurangan energi terjadi pada tribulan II dan III dapat menghambat pertumbuhan janin atau tidak berkembang sesuai usia kehamilannya. Contoh konkritnya adalah kekurangan *zat besi* yang terbilang paling sering dialami saat hamil. Gangguan ini membuat ibu mengalami *anemia* atau kekurangan sel darah merah. Kekurangan *asam folat* juga dapat menyebabkan *anemia*, kelainan bawaan pada bayi dan keguguran. Untuk memperoleh tambahan *zat besi* dan *asam folat* ini, selain dari *suplemen* juga dari bahan makanan yang dikonsumsi ibu hamil. Namun ibu hamil tidak dianjurkan mengkonsumsi *suplemen multivitamin* karena kelebihan vitamin A dan D dosis tinggi dalam tubuh justru dapat menimbulkan penumpukan yang berefek negatif. *Suplemen* dalam bentuk jamu juga tidak dianjurkan jika kebersihan dan keamanan bahannya tidak terjamin (Proverawati, 2016).

## 5. Usia dengan kejadian anemia

Tabel 5 Tabulasi silang Antara Usia dengan Kejadian Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Kertosono Tahun 2022

			Anemia		Total
			Tidak anemia	Anemia	
Usia	Resiko rendah	Count	16	1	17
		% of Total	53.3%	3.3%	56.7%
	Resiko tinggi	Count	5	8	13
		% of Total	16.7%	26.7%	43.3%
Total	Count	21	9	30	
	% of Total	70.0%	30.0%	100.0%	

Sumber: Hasil Analisis Data

Berdasarkan tabel 5 dapat diinterpretasikan bahwa hampir seluruhnya responden yaitu 16 (76 %) kategori usia rendah maka tidak mengalami anemia.

Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan *uji kolerasi Spearman's Rank (Rho)* diperoleh nilai  $\rho = 0,000$  dengan tingkat kepercayaan 95 % ( $\alpha = 0,05$ ) dapat dikatakan  $\rho < \alpha$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima, artinya ada hubungan antara usia dengan kejadian anemia gravidarum pada ibu hamil trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Kertosono Tahun 2022. Kekuatan korelasi dinyatakan oleh *correlation coefficient* sebesar

### Article Information

Received August 27,2022 | Revised September 25,2022 | Accepted October 25,2022

0,602 yang berarti tingkat hubungan antara usia dengan kejadian anemia gravidarum pada ibu hamil trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Kertosono Tahun 2022 dalam kategori kuat dengan arah hubungan positif (+) artinya usia risiko rendah maka semakin tidak mengalami anemia.

Ada hubungan antara usia dengan kejadian anemia gravidarum pada ibu hamil trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Kertosono Tahun 2022. Berdasarkan tabel 5.11 dapat diinterpretasikan bahwa hampir seluruhnya responden yaitu 16 (76 %) kategori usia rendah maka tidak mengalami anemia.

Ibu hamil pada usia terlalu muda (<20 tahun) tidak atau belum siap untuk memperhatikan lingkungan yang diperlukan untuk pertumbuhan janin. Disamping itu akan terjadi kompetisi makanan antar janin dan ibunya sendiri yang masih dalam pertumbuhan dan adanya pertumbuhan hormonal yang terjadi selama kehamilan. Sedangkan ibu hamil diatas 30 tahun lebih cenderung mengalami anemia, hal ini disebabkan karena pengaruh turunnya cadangan zat besi dalam tubuh akibat masa fertilisasi.

## KESIMPULAN DAN SARAN

1. Konsumsi Gizi Seimbang di Wilayah Kerja Puskesmas Kertosono Tahun 2022 sebagian besar responden tidak konsumsi gizi seimbang yaitu sebanyak 17 responden (43,3 %).
2. Usia di Wilayah Kerja Puskesmas Kertosono Tahun 2022 sebagian besar responden kategori usia risiko rendah yaitu sebanyak 17 responden (56,7 %).
3. Kejadian Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Kertosono Tahun 2022 sebagian besar responden tidak anemia yaitu sebanyak 21 responden (70 %).
4. Ada hubungan yang kuat dengan arah hubungan positif (+) antara konsumsi gizi seimbang dengan kejadian anemia gravidarum pada ibu hamil trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Kertosono Tahun 2022.
5. Ada hubungan yang kuat dengan arah hubungan positif (+) antara usia dengan kejadian anemia gravidarum pada ibu hamil trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Kertosono Tahun 2022

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Puskesmas Kertosono yang telah memberi dukungan terhadap penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, Sunita. 2013 . *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Ammirudin, Ridwan. 2017. *Evidence Based Anemia Defisiensi Besi Pada Ibu Hamil*. Bersumber dari: <<http://www.evidencebasedanemia.co.id>>[Diakses tanggal 2 Februari 2022].
- Arikunto, S. 2014. *Metode Penelitian Suatu Pendekatan Praktek* , Jakarta Rineka Cipta.
- Arisman. 2014. *Gizi Dalam Daur Ulang kehidupan*. Jakarta: EGC.
- Depkes RI. 2013. *Buku Pedoman Pengenalan Tanda Bahaya pada Kehamilan, Persalinan dan Nifas*. Jakarta. Depkes
- Dinkes Prop Jatim. 2014. *Profil Kesehatan Jawa Timur*. Bersumber dari:<<http://www.dinkesjatim.go.id>>[Diakses Tanggal 2 Februari 2022].

- Hidayat, A. Aziz Alimul. 2014. *Pengantar Konsep dasar Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika.
- 2017. *Metode Penelitian Kebidanan Dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika
- Kusmiyati,dkk, 2018. *Perawatan Ibu Hamil*. Yogyakarta: Fitramaya
- Manuaba, IBG. 1998. *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan Keluarga Berencana untuk Pendidikan Bidan*. Jakarta : EGC.
- Marbun. 2019. *Makanan Ibu Hamil*. Bersumber dari:<<http://www.makanan.sehat.ibu.hamil.com>>[Diakses tanggal 2 Februari 2022].
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2014. *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Nursalam, Pariani, S. 2013. *Pendekatan Praktis Metodologi Riset Keperawatan*. Jakarta: Sagung Seto.
- Nursalam. 2014. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pedoman Usulan penelitian, Tesis dan Instrumen Penelitian Keperawatan.ed.1*. Jakarta: Salemba Medika.
- Paath,Erna Francin,dkk. 2014. *Gizi Dalam Kesehatan Reproduksi*. Jakarta: EGC
- Proverawati, Asfuah.2017. *Buku Ajar Gizi Untuk Kebidanan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Rasmaliah. 2019. *Anemia Kurang Besi Dalam Hubungannya Dengan Infeksi Cacing*. Bersumber dari: <<http://www.anemiagizibesi.com>>[Diakses tanggal 2 Februari 2022].
- Rochjati, P. 2014. *Skrining Antenatal pada Ibu Hamil*. Surabaya : Airlangga Surabaya Press.
- Saiffudin, dkk. 2002. *Buku Acuan Nasional Pelayanan Maternal dan Neonatal*. Jakarta : YBP Sarwono Prawirohardjo.
- Salmah, dkk. 2014. *Asuhan Kebidanan Antenatal*. Jakarta : EGC.
- Sugiyono. 2014. *Statistika Untuk Penelitian*. Cetakan kesembilan. Bandung : CV Alfabeta.
- Supriasa, IDN,dkk. 2013. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: EGC.
- Wasnidar, dkk. 2017. *Buku Saku Anemia Pada Ibu Hamil*. Jakarta: Trans Info Media.

## **Article Information**

*Received August 27,2022 | Revised September 25,2022 | Accepted October 25,2022*