

## Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Teluk Tiram Kota Banjarmasin Tahun 2024

Elli Novita Sari<sup>1</sup>, Zakiah<sup>2</sup>, Megawati<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Banjarmasin, Indonesia

### Corresponding Author

Nama Penulis: Elii Novita Sari

E-mail: [ellinovitsari1411@gmail.com](mailto:ellinovitsari1411@gmail.com)

### Abstrak

Anemia adalah suatu kondisi tubuh yang ditandai dengan hasil pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari normal, yang bisa disebabkan jumlah sel darah merah yang kurang, atau jumlah sel darah merah cukup tapi kandungan Hb didalam sel darah merah kurang (Kemenkes, 2023). Mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Teluk Tiram Kota Banjarmasin Tahun 2024. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain penelitian analitik, cross sectional. Sampel penelitian ini diambil dengan cara Teknik Probability Sampling, Simple Random Sampling, penentuan jumlah sampel menggunakan table Krejcie dan Morgan, yaitu sebesar 181. Data sekunder dari register dan e-Kohort. Data dianalisa menggunakan uji chi-square dengan signifikansi  $p$  value = 0,05. Terdapat pengaruh yang signifikan antara KEK dengan kejadian anemia pada ibu hamil ( $p$  value = 0,009, Odds Ratio Estimate = 6,016). Dan tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara usia ( $p$  value = 0,716), paritas ( $p$  value = 0,851), jarak kehamilan ( $p$  value = 0,383), dan pendidikan ( $p$  value = 0,068). Terdapat pengaruh yang signifikan antara KEK dan kejadian anemia dengan rasio peluangnya 6,016 kali pada ibu hamil. Puskesmas bisa lebih mensosialisasikan pentingnya periksa kesehatan minimal 6 bulan sebelum menikah, dan mengadakan program penyuluhan kesehatan tentang ISI PIRINGKU.

**Kata kunci** - Anemia, usia, paritas, jarak kehamilan, Pendidikan

### Abstract

Anemia is a body condition which is characterized by a blood test results that show the hemoglobin (Hb) level is lower than normal, which is can be caused by an insufficient number of red blood cells, or the number of red blood cells is sufficient but the Hb content in the red blood cells is insufficient (Ministry of Health, 2023). Objective: knowing the factors that influence the incidence of anemia in pregnant women in the working area of Teluk Tiram Community Health Center, Banjarmasin City in 2024. This research uses quantitative methods with an analytical, cross-sectional research design. This research sample was taken using technical methods Probability Sampling, Simple Random Sampling, determining the sample size using the Krejcie and Morgan table, which is 181. Secondary data from registers and e-Cohort. The data were analyzed using the chi-square test with a significance  $p$  value = 0.05. : there is a significant influence between KEK and the incidence of anemia in pregnant women ( $p$  value = 0,009, Odds Ratio Estimate = 6,016). And there is no significant influence between age ( $p$  value = 0.716), parity ( $p$  value = 0.851), pregnancy spacing ( $p$  value = 0.383), and education ( $p$  value = 0,068). There was a significant influence between CED and the incidence of anemia with an odds ratio of 6.016 times in pregnant women. The community health centers can further socialize about the importance of health checks at least 6 months before marriage, and hold health education programs about "ISI PIRINGKU".

**Keywords** - Anemia, age, parity, pregnancy spacing, education

## **PENDAHULUAN**

Indonesia memiliki triple burden gizi: kekurangan gizi (stunting dan wasting), kelebihan gizi (obesitas dan obesitas), dan kekurangan mikronutrisi (anemia). Karena prevalensi yang tinggi, anemia dalam kehamilan memerlukan penanganan khusus. Sebagian besar negara, termasuk Indonesia, melaporkan bahwa wanita hamil mengalami anemia (Kemenkes, 2023).

Sesuai dengan hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Tahun 2023, prevalensi anemia pada ibu hamil 27,7% (Heni Kismayawati, 2023).

Anemia adalah kondisi fisik yang ditandai dengan hasil tes yang menunjukkan kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari normal. Hemoglobin membantu membawa dan mendistribusikan oksigen ke semua sel jaringan tubuh. Komplikasi anemia pada kehamilan antara lain, perdarahan, melahirkan bayi Berat Badan Lahir rendah (BBLR), Panjang Badan Lahir Rendah (PBLR) dan prematur (Kemenkes, 2023).

Menurut beberapa penelitian faktor- faktor yang mempengaruhi atau berhubungan dengan kejadian anemia pada ibu hamil diartara, menurut Qomarasari (2023) faktor yang berhubungan adalah paritas, status KEK dan tingkat pendidikan, tetapi yang tidak berhubungan adalah umur kehamilan . Lain ini hal dengan yang dikemukakan Widiastini (2021), faktor yang berhubungan adalah usia dan umur kehamilan dan yang tidak berhubungan adalah paritas. Sedangkan penelitian Mutoharoh (2023), faktor yang tidak berhubungan adalah usia ibu, pendidikan, IMT, dan yang berhubungan adalah faktor TTD juga LILA. Anemia ibu hamil Propinsi Kalimantan Selatan pada tahun 2021, sebesar 19,60% (Dinkes Kalsel, 2022). Sedangkan Kota Banjarmasin, berdasarkan laporan KIA 2024 sampai bulan Juli, dilaporkan ada 985 ibu hamil (16,75%) mengalami anemia (Dinkes Kota,2024).

Di Puskesmas Teluk Tiram Kota Banjarmasin memiliki kasus ibu hamil anemia yang dari tahun ke tahun meningkat capaiannya. Tahun 2022 ibu hamil anemia ada 105 ibu hamil (17,59%), sedangkan di tahun 2023 naik menjadi 149 ibu hamil (25,91%). Hal ini menunjukkan bahwa kasus ibu hamil anemia di Puskesmas Teluk Tiram cukup mengkhawatirkan.

Selain itu didapat juga data bahwa di Puskesmas Teluk Tiram pada Bulan Juli Tahun 2024, ada 65 ibu hamil yang terdata diperiksa. Dari yang terdata diperiksa tersebut terdapat ibu hamil dengan usia < 20 tahun dan >35 tahun ada 12 orang, dengan paritas  $\geq 3$  ada 4 orang, jarak kehamilan < 3 tahun ada 12 orang, berpendidikan SD/SMP ada 27 orang, dan yang KEK ada 9 orang.

Berdasarkan hal tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Teluk Tiram Kota Banjarmasin Tahun 2024".

## **TINJAUAN PUSTAKA**

### **1. Definisi Anemia**

Jika diperlukan dapat sub pokok bahasan ditulis heading baru (level 2) yang ditulis rata kiri (left align) tanpa menggunakan nomor urut atau abjad, penulisan heading menggunakan awal kalimat Anemia adalah kondisi fisik yang ditandai dengan hasil tes yang menunjukkan kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari normal. Hemoglobin membantu membawa dan mendistribusikan oksigen ke semua sel jaringan tubuh. Nilai kadar Hb pada ibu hamil dikatakan anemia jika kadar Hb kurang dari 11 g/dL (Kemenkes, 2023). WHO (2015) menetapkan tiga tingkat anemia pada ibu hamil:

- 1) Anemia ringan: apabila kadar hemoglobin ibu 10,9 g/dl hingga 10 g/dl
- 2) Anemia sedang: apabila kadar hemoglobin ibu 9,9 g/dl hingga 7,0 g/dl
- 3) Anemia berat: apabila kadar hemoglobin ibu di bawah 7,0 g/dl.

## 2. Tanda Gejala Anemia

Jika ibu hamil mengalami anemia, gejalanya mudah lelah, sering pusing, mata berkunang-kunang, malaise, lidah luka, penurunan nafsu makan (anoreksia), penurunan konsentrasi, napas pendek (pada anemia parah), dan mual muntah yang lebih parah pada kehamilan muda.

Salah satu tanda umum anemia :

- 1) peningkatan denyut jantung dan pernapasan, yang disebabkan oleh upaya tubuh untuk memberikan lebih banyak oksigen ke jaringan.
- 2) Pusing karena aliran darah yang lebih sedikit ke otak.
- 3) Mudah lelah karena oksigenasi yang lebih tinggi di berbagai organ, seperti otot jantung dan rangka.
- 4) Kulit menjadi pucat karena oksigenasi yang lebih rendah.
- 5) Mual karena aliran darah saluran cerna dan saraf pusat yang menurun.
- 6) Kurang kualitas rambut dan kulit karena penurunan oksigenasi.
- 7) Gejala akan meningkat jika sel darah putih dan trombosit juga terkena, Ibu pertama-tama akan merasakan gejala-gejala ringan dan biasanya jarang disadari. Semakin lama gejala anemia tersebut akan semakin memburuk jika tak ditangani dengan baik (Priyanti, 2020).

## 3. Klasifikasi Anemia

- 1) **Anemia Defisiensi Besi** : Dialami 62,3% wanita hamil akibat kekurangan zat besi. Penyebab: kurang asupan, gangguan resorpsi, atau perdarahan. Pengobatan: perbaikan pola makan atau suplementasi zat besi.
- 2) **Anemia Megaloblastik** : Dialami 29% kehamilan akibat kekurangan asam folat atau vitamin B12. Pengobatan: asam folat, vitamin B12, sulfat ferosus, atau transfusi darah.
- 3) **Anemia Hipoplastik** : Terjadi saat sum-sum tulang gagal memproduksi sel darah, dialami 8% kehamilan. Sembuh sendiri setelah nifas.
- 4) **Anemia Hemolitik** : Disebabkan kerusakan sel darah merah, gejalanya kelelahan, kelemahan, dan anemia dengan darah abnormal.

## 4. Penyebab Anemia Pada Kehamilan

### Anemia pada Ibu Hamil

Ibu hamil mengalami hemodelusi dengan peningkatan volume darah 30–40%, puncaknya pada kehamilan 32–34 minggu, diikuti peningkatan sel darah 18–30% dan hemoglobin 19% (Manuaba, 2010).

Penyebab anemia mencakup:

- 1) Kehilangan darah akibat perdarahan, pembedahan, atau gangguan pembekuan darah.
- 2) Anemia hemolitik, di mana umur sel darah merah lebih pendek dari 120 hari akibat infeksi atau obat-obatan.
- 3) Kelainan genetik, seperti talasemia, G6PDD, SCD, dan anemia Fanconi.
- 4) Penyakit kronik seperti inflamasi, infeksi, dan autoimun.

Ibu hamil berisiko tinggi anemia karena peningkatan kebutuhan nutrisi. Risiko meningkat pada ibu di bawah 20 tahun, yang lebih rentan terhadap KEK dan anemia (Diani, 2023)

Faktor-Faktor Penyebab Anemia pada Ibu Hamil

- 1) Usia: Risiko lebih tinggi pada usia muda (Murti, 2015).
- 2) Paritas: Kehamilan lebih dari 3 kali menguras cadangan zat besi (Kemenkes, 2015).
- 3) Kurang Energi Kronis (KEK): Ditandai LILA < 23,5 cm, berisiko anemia (Priyanti, 2020).
- 4) Jarak Kehamilan: Idealnya 18–24 bulan (WHO; Adhidasasti, 2023).
- 5) Pendidikan: Tingkat pendidikan memengaruhi kesadaran gizi dan perawatan kehamilan (Afriyanti, 2020)

### **ANC dan Pencegahan Anemia**

ANC penting untuk memantau kesehatan ibu dan mencegah anemia. WHO merekomendasikan pemberian TTD 1 kali/hari selama 3 bulan untuk pencegahan, dan 2 kali/hari untuk terapi anemia (World Health Organization, 2015). Namun, kepatuhan konsumsi TTD masih rendah di kalangan ibu hamil.

#### **5. Dampak anemia**

Menurut Kemenkes (2023), anemia pada ibu hamil berdampak jangka pendek berupa menurunnya produktivitas, kebugaran, dan daya tahan tubuh, serta jangka panjang seperti risiko perdarahan, bayi lahir dengan berat badan lahir rendah (BBLR) atau prematur, stunting, angka kematian ibu (AKI), dan angka kematian bayi (AKB). Anemia defisiensi besi juga meningkatkan risiko komplikasi perdarahan yang berujung pada kematian ibu, penurunan kekebalan tubuh sehingga rentan infeksi, serta gangguan pertumbuhan janin seperti bayi prematur, BBLR, panjang badan lahir rendah (PBLR), dan risiko anemia atau kematian bayi. Selain itu, anemia pada ibu hamil berkontribusi pada stunting pada anak usia kurang dari dua tahun (1000 HPK) dan berdampak pada penurunan kekebalan tubuh jangka panjang.

#### **6. Hubungan Paritas dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil**

Ibu hamil dengan paritas lebih dari dua berisiko 2,3 kali lebih besar mengalami anemia karena peningkatan risiko perdarahan dan kekurangan gizi. Setiap kehamilan meningkatkan risiko perdarahan, dan ibu dengan paritas tinggi sering kekurangan asupan gizi karena berbagi sumber daya keluarga. Penelitian (Hasibuan, 2022) dan (Wiyasmari, 2021) menunjukkan adanya hubungan antara paritas dan anemia pada ibu hamil.

#### **7. Hubungan KEK dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil**

Status KEK, yang tercermin dari ukuran Lingkar Lengan Atas (LILA), berhubungan dengan kejadian anemia pada ibu hamil. LILA kurang dari 23,5 cm menunjukkan kekurangan gizi, yang mengarah pada anemia. Penelitian (Mutoharoh, 2024) dan (Nur Afni et al. 2022) menunjukkan adanya hubungan signifikan antara KEK dan anemia dengan p-value <0,05.

#### **8. Hubungan Jarak Kehamilan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil**

Jarak kehamilan yang terlalu dekat meningkatkan risiko anemia karena cadangan zat besi ibu hamil habis lebih cepat. Penelitian (Hasibuan, 2022) menunjukkan adanya korelasi antara jarak kehamilan dan anemia dengan p-value 0,020, sementara Srimulyawati (2020) tidak menemukan korelasi yang signifikan antara keduanya.

## **METODE**

Jenis penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan desain penelitian analitik dan rancangan cross sectional. Dalam penelitian ini subjek penelitian adalah ibu hamil yang terdata di Puskesmas Teluk Tiram di Bulan Januari samapai dengan Juli Tahun 2024, sebanyak 340 ibu hamil. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil yang berada pada wilayah kerja Puskesmas Teluk Tiram, yang terdata melakukan pemeriksaan pada bulan Januari – Juli 2024, sebanyak 340 orang. Dalam hal ini, sampel harus benar-benar representatif/mewakili populasi (Sugiyono, 2014). Sampel dalam penelitian ini adalah, semua ibu hamil dalam data dari bulan Januari – Juli Tahun 2024 sebanyak 181.

Teknik sampling adalah merupakan teknik pengambilan sampel (Sugiyono, 2014). Sampel dalam penelitian ini diambil dengan menggunakan Tehnik *Probability Sampling*, yaitu semua berpeluang yang sama bagi setiap unsur (anggota) populasi untuk dipilih menjadi anggota sampel. Populasi penelitian ini bersifat homogen yaitu smua ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Teluk Tiram, maka tehnik sampling yang digunakan adalah *Simple Random Sampling*, dengan penentuan jumlah sampel menggunakan pedoman tabel oleh *Krejcie dan Morgan (tabel terlampir)*. Dengan tingkat kepercayaan / *chi kuadrat* 95% (3,841), tingkat ketelitian 5%, Populasi 340, maka jumlah sampel

penelitian ini yaitu sebesar 181. Dengan cara pengambilan urutan nomer ganjil, sampai terpenuhi sebanyak 181 sampel.

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan instrumen lembar data yang mengumpulkan informasi mengenai usia, paritas, KEK, jarak kehamilan, pendidikan ibu, dan lainnya, dengan menggunakan register dan e-kohort ibu sebagai alat pengumpulan data. Data sekunder diperoleh dari buku, dokumen, jurnal, atau artikel yang relevan, serta melalui data dari register dan e-Kohort ibu di Puskesmas Teluk Tiram, Kota Banjarmasin. Pengumpulan data dimulai dengan pengajuan surat izin penelitian, kemudian dilanjutkan dengan pengambilan data dari subjek yang memenuhi kriteria penelitian dan bersedia menjadi responden. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Teluk Tiram pada bulan Juli hingga Desember 2024. Setelah data terkumpul, langkah selanjutnya adalah analisis data menggunakan metode editing, coding, entry, tabulating, dan cleaning untuk memastikan data yang terkumpul valid dan layak dianalisis.

## PEMBAHASAN

Data penelitian ini diperoleh pada Oktober 2024, dengan pengambilan data dari e-kohort ibu dan register Puskesmas Teluk Tiram Banjarmasin untuk periode Januari-Juli 2024. Puskesmas ini melayani dua kelurahan di Banjarmasin Barat dan memiliki berbagai fasilitas kesehatan. Puskesmas ini terakreditasi Peripurna pada 2023 dan memiliki SOP untuk pelayanan ibu hamil, penanganan anemia, dan KEK. Pelayanan kesehatan ibu mencapai 58,24% untuk Fe1, 56,53% untuk Fe3, dan 72,95% untuk KB aktif. Program pencegahan dan penanganan anemia mencakup pemberian Tablet Tambah Darah, makanan tambahan, dan rujukan ke Rumah Sakit. Keterlibatan lintas sektor dilakukan melalui program bergizi di sekolah dan pendampingan ibu hamil serta balita.

Contoh Penulisan Tabel 1.

Tabel 1.  
Karakteristik 181 Responden

No	Karakteristik	Frekuensi	%
1	Kehamilan I	55	30,39
2	Kehamilan II	117	64,64
3	Kehamilan $\geq$ III	9	4,97
4	Trimester I	43	23,76
5	Trimester II	51	28,18
6	Trimester III	87	48,06
7	Tidak Bekerja	153	84,53
8	Bekerja	28	15,47
9	Kedatangan pertama	58	32,04
10	Kedatangan > 1 kali	123	67,96

Sumber : Data diolah 2024

### 1. Kejadian Anemia pada Ibu Hamil

Prevalensi anemia pada ibu hamil di wilayah Puskesmas Teluk Tiram cukup tinggi, yaitu 58,6%, lebih tinggi dibandingkan angka prevalensi di Puskesmas Teluk Tiram pada tahun 2023 dan angka nasional. Hasil ini menunjukkan bahwa faktor hematologi selama kehamilan, seperti peningkatan volume plasma, berkontribusi pada tingginya kejadian anemia, terutama pada trimester kedua dan ketiga, yang sejalan dengan teori bahwa ibu hamil mengalami perubahan hematologi yang dapat memperburuk anemia seiring berjalannya kehamilan. Penelitian ini memberikan wawasan penting tentang pentingnya

pemantauan kesehatan ibu hamil, terutama di trimester akhir, untuk mencegah anemia yang dapat berisiko terhadap kesehatan ibu dan bayi.

Perubahan hematologi yang terjadi selama kehamilan, terutama pada peningkatan volume plasma, memang memengaruhi kejadian anemia. Pada trimester kedua dan ketiga, peningkatan volume plasma dapat menyebabkan penurunan kadar hemoglobin yang mengarah pada anemia. Sebagian besar ibu hamil yang mengalami anemia berada pada trimester ketiga, yang mengindikasikan bahwa peningkatan kebutuhan zat besi yang tidak tercukupi pada tahap ini dapat berkontribusi besar pada tingginya prevalensi anemia. Oleh karena itu, penting untuk memastikan asupan gizi dan suplemen zat besi yang memadai selama kehamilan, serta pemeriksaan rutin untuk mencegah komplikasi lebih lanjut.

## **2. Ibu Usia Ibu Hamil**

Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil di wilayah Puskesmas Teluk Tiram berada dalam rentang usia tidak berisiko, yaitu usia 20-35 tahun. Usia ini merupakan rentang usia produktif dan usia subur yang sesuai dengan rekomendasi Kementerian Kesehatan Indonesia mengenai usia ideal untuk hamil. Rentang usia ini sering kali dianggap paling stabil dalam hal kesiapan fisik dan psikologis untuk mengandung, yang berpengaruh pada kualitas kehamilan dan kesehatan ibu secara keseluruhan. Oleh karena itu, penting untuk memperhatikan usia ibu dalam merencanakan kehamilan guna mengurangi risiko komplikasi seperti anemia.

Usia ibu hamil yang berada pada rentang 20-35 tahun juga memiliki dampak yang signifikan terhadap prevalensi anemia. Meskipun pada usia ini risiko anemia tidak terlalu tinggi, faktor lain seperti pengetahuan ibu mengenai gizi dan akses ke layanan kesehatan sangat berpengaruh. Sebagian besar ibu dalam kategori usia ini memiliki pengetahuan yang lebih baik dan dapat mengakses pelayanan kesehatan secara optimal. Namun, meskipun usia berisiko rendah, faktor lain seperti pola makan yang tidak seimbang atau kurangnya konsumsi suplemen zat besi tetap dapat menyebabkan anemia.

## **3. Paritas Hamil**

Paritas ibu hamil di wilayah Puskesmas Teluk Tiram didominasi oleh ibu dengan paritas tidak berisiko, yaitu lebih dari 95% dari total ibu hamil. Hal ini sejalan dengan prevalensi penggunaan kontrasepsi yang cukup tinggi, terutama alat kontrasepsi jangka panjang (MKJP), yang membantu membatasi jumlah anak dan memperbesar jarak antar kehamilan. Kontrasepsi ini sangat berperan dalam mengurangi risiko kehamilan yang berdekatan, yang dapat memengaruhi kondisi hematologi ibu. Oleh karena itu, pendidikan dan akses terhadap layanan KB menjadi faktor penting dalam mengelola paritas ibu hamil.

Penelitian ini menunjukkan bahwa meskipun mayoritas ibu hamil memiliki paritas tidak berisiko, tetap ada sebagian ibu hamil dengan paritas lebih dari tiga anak yang mengalami anemia. Hal ini mengindikasikan bahwa meskipun paritas dapat mempengaruhi risiko anemia, faktor lain seperti jarak antar kehamilan, nutrisi, dan kondisi kesehatan ibu sebelumnya sangat menentukan. Kehamilan dengan jarak dekat dan paritas tinggi dapat mempengaruhi cadangan zat besi ibu yang belum pulih sepenuhnya dari kehamilan sebelumnya, yang berisiko menyebabkan anemia.

## **4. KEK pada Ibu Hamil**

Sebagian besar ibu hamil di wilayah Puskesmas Teluk Tiram tidak mengalami kekurangan energi kronis (KEK), yaitu sebanyak 90,6% dari total ibu hamil. Akses yang baik terhadap layanan kesehatan dan penyuluhan gizi, serta fasilitas yang tersedia, berkontribusi besar terhadap pemenuhan kebutuhan gizi ibu hamil. Pendidikan gizi yang memadai membantu ibu hamil memahami pola makan sehat yang dapat mengurangi risiko

KEK. Selain itu, kunjungan ibu hamil yang teratur dan pemantauan kesehatan menjadi faktor penentu dalam menghindari KEK.

Namun, meskipun mayoritas ibu hamil tidak mengalami KEK, penting untuk terus meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam mengatur pola makan yang sehat. Penelitian ini menunjukkan bahwa ibu dengan tingkat pendidikan lebih rendah mungkin kurang memahami kebutuhan gizi yang tepat selama kehamilan. Oleh karena itu, program penyuluhan yang menasar kelompok ibu hamil dengan tingkat pendidikan rendah sangat penting untuk meningkatkan pemahaman mereka tentang pola makan yang sehat dan pentingnya konsumsi gizi yang seimbang untuk mencegah KEK dan anemia pada ibu hamil.

#### **5. Jarak Kehamilan Ibu Hamil**

Sebagian besar ibu hamil di wilayah Puskesmas Teluk Tiram memiliki jarak kehamilan yang tidak berisiko, yaitu lebih dari tiga tahun. Jarak kehamilan yang ideal, yaitu lebih dari dua tahun, memungkinkan tubuh ibu untuk pulih sepenuhnya dan memperbaiki cadangan zat besi yang mungkin terpakai selama kehamilan sebelumnya. Hal ini juga berkontribusi pada kesehatan ibu dan bayi, serta mengurangi risiko komplikasi seperti anemia. Meskipun demikian, penting untuk selalu memantau kesehatan ibu secara menyeluruh, termasuk asupan gizi yang cukup, agar jarak kehamilan yang ideal dapat tercapai.

Kehamilan dengan jarak yang terlalu dekat dapat mempengaruhi kondisi tubuh ibu, karena tubuh belum sepenuhnya pulih dari kehamilan sebelumnya. Kondisi ini dapat mengakibatkan penurunan kadar hemoglobin dan meningkatkan risiko anemia. Penelitian ini sejalan dengan rekomendasi dari WHO dan BKKBN mengenai jarak kehamilan yang ideal, yang dapat mengurangi risiko berbagai masalah kesehatan selama kehamilan, termasuk anemia. Oleh karena itu, penting bagi ibu hamil untuk merencanakan kehamilan dengan mempertimbangkan jarak yang cukup antara kehamilan satu dan berikutnya.

#### **6. Pendidikan Ibu Hamil**

Tingkat pendidikan ibu hamil berperan penting dalam pola makan dan pemahaman mengenai kebutuhan gizi selama kehamilan. Penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas ibu hamil memiliki tingkat pendidikan menengah, yang memungkinkan mereka untuk lebih memahami pentingnya pola makan sehat dan peran suplemen gizi seperti tablet besi. Ibu dengan pendidikan yang lebih tinggi cenderung memiliki pengetahuan yang lebih baik tentang nutrisi yang dibutuhkan selama kehamilan, yang dapat membantu mengurangi risiko anemia. Namun, ibu dengan pendidikan lebih rendah tetap dapat menjaga gizi tubuhnya jika mengikuti penyuluhan yang tepat.

Pendidikan yang lebih tinggi membuka peluang bagi ibu hamil untuk lebih memahami tentang kesehatan kehamilan dan gizi yang tepat. Dengan penyuluhan yang lebih baik, ibu dengan pendidikan rendah juga dapat memperoleh pemahaman yang lebih baik mengenai cara menyusun menu makan yang bergizi. Oleh karena itu, puskesmas dan fasilitas kesehatan lainnya perlu lebih meningkatkan program edukasi untuk ibu hamil, terutama bagi mereka yang memiliki tingkat pendidikan rendah, agar mereka dapat lebih memahami cara memenuhi kebutuhan gizi selama kehamilan untuk mencegah masalah kesehatan seperti anemia.

#### **7. Pengaruh Usia Ibu Hamil Terhadap Kejadian Anemia**

Hasil analisis chi-square menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh signifikan antara usia ibu dan kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah Puskesmas Teluk Tiram. Meskipun usia ibu hamil berada dalam rentang yang relatif sehat (20-35 tahun), prevalensi anemia tetap ada. Hasil ini menunjukkan bahwa faktor lain, seperti pengetahuan ibu mengenai gizi dan pemeriksaan kehamilan yang teratur, berperan lebih besar dalam kejadian anemia

daripada usia ibu. Oleh karena itu, penting untuk mengedukasi ibu hamil tentang cara mencegah anemia dan pentingnya mengikuti anjuran medis.

Berdasarkan teori, usia ibu yang terlalu muda (kurang dari 20 tahun) atau terlalu tua (lebih dari 35 tahun) memang memiliki risiko lebih tinggi terhadap anemia. Namun, penelitian ini menunjukkan bahwa pada kelompok usia 20-35 tahun, anemia masih dapat terjadi karena faktor lain yang mempengaruhi kesehatan ibu, seperti pola makan yang tidak seimbang, frekuensi kunjungan antenatal care (ANC), dan konsumsi suplemen zat besi. Oleh karena itu, meskipun usia ibu berisiko rendah, faktor lain yang mendukung kesehatan ibu harus lebih diperhatikan.

#### **8. Pengaruh Paritas Ibu Hamil Terhadap Kejadian Anemia**

Hasil uji chi-square menunjukkan tidak ada pengaruh signifikan antara paritas ibu hamil dengan kejadian anemia di wilayah Puskesmas Teluk Tiram. Meskipun mayoritas ibu hamil memiliki paritas tidak berisiko, anemia tetap terjadi pada sebagian ibu dengan paritas lebih dari tiga anak. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun paritas dapat mempengaruhi risiko anemia, faktor lain seperti jarak antar kehamilan dan status gizi ibu juga sangat berperan. Paritas tinggi dengan jarak kehamilan yang pendek dapat memperburuk kondisi kesehatan ibu, sehingga pencegahan anemia perlu memperhatikan faktor-faktor tersebut.

Penelitian ini menegaskan bahwa paritas ibu memang tidak selalu berhubungan langsung dengan kejadian anemia. Paritas tinggi dapat menurunkan cadangan zat besi ibu, terutama jika jarak antar kehamilan terlalu dekat. Oleh karena itu, meskipun ibu dengan paritas tinggi dapat lebih berisiko, pendekatan yang lebih komprehensif seperti pemenuhan gizi yang tepat dan pemeriksaan kehamilan yang rutin sangat penting untuk menurunkan kejadian anemia pada ibu hamil.

#### **9. Pengaruh KEK Ibu Hamil Terhadap Kejadian Anemia**

Ada pengaruh signifikan antara KEK (Kekurangan Energi Kronis) dan kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah Puskesmas Teluk Tiram, dengan p value 0,009. Ibu hamil dengan KEK berisiko lebih tinggi mengalami anemia karena pola makan yang buruk dan kekurangan asupan gizi yang penting. KEK dapat mengurangi kemampuan tubuh ibu untuk memproduksi sel darah merah yang sehat, sehingga meningkatkan kemungkinan terjadinya anemia. Program pemberian makanan tambahan dan suplemen gizi harus lebih ditingkatkan untuk mencegah KEK dan anemia pada ibu hamil.

Kekurangan energi kronis selama kehamilan dapat memperburuk keadaan gizi ibu hamil, sehingga mempengaruhi produksi hemoglobin dalam darah. KEK berhubungan erat dengan kurangnya asupan energi dan gizi yang dibutuhkan tubuh untuk menjalankan proses metabolisme yang optimal. Ibu dengan KEK akan lebih sulit untuk memenuhi kebutuhan zat besi dan gizi lainnya yang sangat penting untuk mencegah anemia. Oleh karena itu, penting untuk meningkatkan program gizi pada ibu hamil dan memastikan mereka mendapatkan pemenuhan asupan gizi yang cukup.

#### **10. Pengaruh Jarak Kehamilan Ibu Hamil Terhadap Kejadian Anemia**

Tidak ditemukan pengaruh signifikan antara jarak kehamilan dan kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah Puskesmas Teluk Tiram. Hasil ini menunjukkan bahwa meskipun jarak kehamilan yang terlalu dekat dapat meningkatkan risiko anemia, faktor lain seperti pola makan ibu, suplemen zat besi, dan akses ke pelayanan kesehatan juga berperan besar. Penelitian ini menunjukkan pentingnya pemantauan jarak antar kehamilan, namun juga mengingatkan bahwa faktor lain yang mendukung kesehatan ibu juga harus diperhatikan untuk mengurangi risiko anemia.

Jarak kehamilan yang terlalu dekat dapat mengganggu pemulihan tubuh ibu, yang mungkin belum sepenuhnya pulih dari kehamilan sebelumnya. Meskipun jarak kehamilan

yang ideal sangat disarankan, penelitian ini menunjukkan bahwa faktor lain, seperti pola makan, konsumsi suplemen, dan pemeriksaan rutin ANC, berperan lebih besar dalam kejadian anemia pada ibu hamil. Oleh karena itu, penting untuk mengintegrasikan kebijakan keluarga berencana yang sehat dengan edukasi yang menyeluruh tentang gizi seimbang dan perawatan kehamilan untuk mencegah anemia.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 181 ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Teluk Tiram, dapat disimpulkan bahwa 58,6% ibu hamil mengalami anemia, sementara 41,4% lainnya tidak mengalami anemia. Mayoritas ibu hamil (77,3%) berada dalam kelompok usia yang tidak berisiko, dengan hanya 22,7% yang berada dalam kelompok usia berisiko. Sebagian besar ibu hamil (95%) memiliki paritas yang tidak berisiko, dan hanya 5% yang memiliki paritas berisiko. Adapun mengenai status KEK, sebagian besar ibu hamil (90,6%) tidak mengalami KEK, sementara 9,4% mengalami KEK. Sebagian besar ibu hamil juga memiliki jarak kehamilan yang tidak berisiko (79,6%), sementara 20,4% memiliki jarak kehamilan berisiko. Dalam hal pendidikan, ibu hamil terbagi dalam tiga kelompok, dengan 42,5% memiliki pendidikan tingkat dasar, 47% tingkat menengah, dan 10,5% tingkat tinggi. Secara statistik, usia ibu hamil tidak berpengaruh terhadap kejadian anemia ( $p = 0,716$ ), begitu juga dengan paritas ( $p = 1,000$ ) dan jarak kehamilan ( $p = 0,383$ ), yang semua menunjukkan hasil yang tidak signifikan. Namun, kondisi KEK pada ibu hamil terbukti berpengaruh signifikan terhadap kejadian anemia dengan  $p$  value 0,009, yang mengindikasikan bahwa kekurangan energi kronis dapat meningkatkan risiko anemia pada ibu hamil

## DAFTAR PUSTAKA

- Adhiyasasti, M. (2023, Januari 23). Ini Jarak Kehamilan Ideal agar Tak Kewalahan Mengurus Anak. *Skata*, p. 1446.
- Afni, N. (2023). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Puskesmas Gamping 1 Kabupaten Sleman Tahun 2022. *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala*.
- Diani, M. (2023). *Mengenal Anemia: Patofisiologi, Klasifikasi, dan Diagnosis*. (D. M. Nugraha, Ed.) Jakarta: Penerbit BRIN.
- Hasibuan, Y. N. (2022). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester II di Puskesmas Sangkunar Kecamatan Angkola Sangkunar Tahun 2021. *Repository.unar.ac.id/jspui/handle/123456789/3051*.
- Heni Kismayawati, T. A. (2023). *Laporan SKI Tematik 2023*. Jakarta: Kementrian Kesehatan RI.
- Kemenkes. (2023). *Buku Saku Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil*. Jakarta: Kementrian Kesehatan RI.
- Mutoharoh, A. V. (2024). Faktor Risiko Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil. *Mutoharoh, A. V. N., & Indarjo, S. (2024). Faktor Risiko KejadHIGEIA (Journal of Public Health Research and Development), 8(1), 22-30.*
- Organization, W. H. (2015). *Global status report on road safety 2015*. World Health Organization.
- Priyanti, S. D. (2020). *Anemia Dalam Kehamilan*. Mojokerto: E-Book Penerbit Stikes Majapahit.
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Widiastini, N. (2023). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Puskesmas Kintamani VI. *Karya Ilmiah Mahasiswa*.
- Wiyasmari, K. A. (2021). Hubungan Usia Ibu dan Paritas dengan Anemia pada Ibu Hamil di Puskesmas Seririt I Tahun 2020. *Doctoral dissertation, Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar*.