HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA IBU HAMIL DI PUSKESMAS RAWAT INAP SIDOMULYO KOTA PEKANBARU

EMI YULITA, THARRA WIDADARI ALDINDA, DIVA ZIKRI DILLA

D-III Kebidanan STIKes Tengku Maharatu

email: emiyulita0507@gmail.com

Abstract: *Nutritional problems are also one of the indirect causes of maternal and child death that can still be prevented. One of the malnutrition problems for pregnant women is anemia, where there is a decrease in the quantity and quality of red blood cells, this is aggravated by the occurrence of the hemodilution process in pregnancy so that hemoglobin levels decrease which has the potential to increase the risk of illness and death of the mother and fetus. This study aims to determine the relationship between nutritional status and the incidence of anemia in pregnant women in the work area of the Sidomulyo Inpatient Health Center in Pekanbaru City. Carried out in the Working Area of the Sidomulyo Inpatient Health Center in Pekanbaru city, which was carried out in April-July 2023 with a sample of 43 respondents. This type of research is quantitative with a cross sectional study design. The statistical test used is Chi-Square. The results of the analysis showed a p-value of 0.004, meaning that there is a relationship between nutritional status and the incidence of anemia in pregnant women. Efforts to maintain and improve the nutritional status of pregnant women can be done through antenatal counseling and supervision (Antenatal Care), while in the prevention and overcoming anemia it is necessary to supervise the administration of Fe tablets at least 90 tablets and also make a target map of Fe tablets for pregnant women.*

Keywords: *Nutritional Status, Anemia, Pregnant Women*

Abstrak: Masalah gizi juga menjadi salah satu penyebab kematian ibu dan anak secara tidak langsung yang masih bisa dicegah. Salah satu masalah gizi yang kurang bagi ibu hamil adalah anemia, dimana terjadi penurunan kuantitas dan kualitas sel darah merah, hal ini di perberat dengan terjadinya proses hemodilusi dalam kehamilan sehingga kadar hemoglobin semakin menurun yang berpotensi meningkatkan resiko kesakitan dan kematian ibu dan janinnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada ibu hamil di wiayah kerja Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Kota Pekanbaru. Dilaksanakan di Wilayah Kerja Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo kota Pekanbaru, yang dilakukan pada bulan April-Juli 2023 dengan jumlah sampel 43 responden. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan rancangan *cross sectional study*. Uji statistik yang digunakan adalah *Chi-Square*. Hasil analisis menunjukkan *p-value* 0,004 artinya terdapat hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada ibu hamil. Upaya untuk mempertahankan dan meningkatkan status gizi ibu hamil dapat dilakukan melalui konseling dan pengawasan antenatal (*Antenatal Care*), sedangkan dalam pencegahan dan mengatasi anemia perlu pengawasan dalam pemberian tablet Fe minimal 90 tablet dan serta dibuat peta sasaran pemberian tablet Fe pada ibu hamil.

Kata Kunci: Status Gizi, Anemia, Ibu Hamil

A. Pendahuluan

Kehamilan adalah fase pertumbuhan dan perkembangan janin sebelum lahir. Selama kehamilan, terjadi perubahan fisik yang mempengaruhi kehidupannya. Pola makan dan gaya hidup yang sehat dapat berkontribusi pada pertumbuhan dan perkembangan janin dalam kandungan ibu. Banyak perubahan fisik, sosial dan mental yang terjadi selama kehamilan. Apapun itu, sang ibu harus tetap dalam kondisi kesehatan yang optimal. (Utama, 2021)

Ibu hamil adalah salah satu kelompok rawan gizi yang membutuhkan unsur-unsur gizi yang lebih banyak. Makanan ibu hamil harus betul-betul diperhatikan, terutama mengenai jumlah energi dan protein yang berguna untuk pertumbuhan janin dan kesehatan ibu. Apabila status gizi ibu kurang selama kehamilannya, maka dapat menyebabkan berbagai dampak buruk bagi ibu dan bayi diantaranya, bayi lahir dengan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR),

menimbulkan risiko dan komplikasi ibu seperti anemia, perdarahan, kenaikan berat badan ibu normal dan penyakit infeksi. Dampak gizi kurang pada persalinan dapat menyebabkan persalinan sulit dan lama, kelahiran premature, perdarahan pasca persalinan, dan jumlah kelahiran caesar cenderung meningkat. Selama hamil, sebagian dari kebutuhan nutrient akan meningkat. Diperlukan adanya deteksi dini dalam kehamilan yang dapat memantau pertumbuhan janin melalui penilaian status gizi ibu hamil. (Bariyyah and Mia, 2021)

Seorang ibu yang kekurangan gizi selama masa kehamilan, maka akan mengalami masalah bagi ibu dan janinnya. Salah satu masalah dari gizi yang kurang bagi ibu hamil adalah anemia, dimana penurunan jumlah sel darah merah atau *hemoglobin* dalam sirkulasi darah. Kadar *hemoglobin* kurang dari 12 gr/dL pada wanita tidak hamil, dan kurang dari 11 gr/dL pada wanita hamil. (Venna, Juliansyah and Sohibun, 2022)

Menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2021, prevalensi ibu hamil di seluruh dunia yang mengalami anemia sebesar 41,8%. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013 prevalensi anemia ibu hamil sebesar 37,1% meningkat menjadi 48,9% di tahun 2018. Hasil Riskesdas tahun 2018 juga menunjukkan bahwa 84,6% ibu hamil yang berumur kurang dari 25 tahun mengalami anemia dan 57,6% ibu hamil yang berumur lebih dari atau sama dengan 35 tahun mengalami anemia. (Kemenkes, 2018) Prevalensi anemia pada ibu hamil di kota Pekanbaru terus meningkat dari tahun 2017-2019 sebesar 4,1% dan angka kejadian anemia pada ibu hamil tertinggi terdapat di Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Pekanbaru yaitu sebesar 39,1% pada tahun 2020. Berdasarkan data yang diperoleh di Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Kota Pekanbaru, angka kejadian anemia pada ibu hamil yaitu sebanyak 36 kasus.

Berdasarkan hasil penelitian Mirnawati dkk, 2022, faktor yang mempengaruhi kejadian anemia pada ibu hamil banyak sekali, diantaranya adalah karakteristik ibu hamil yaitu pendapatan keluarga, pendidikan ibu, umur ibu, pengetahuan ibu, kepatuhan konsumsi tablet Fe, jarak kehamilan dan status gizi ibu. Dampak negatif ibu hamil yang mengalami anemia defisiensi besi juga terjadi pada *outcome* kehamilan, yaitu bayi yang baru dilahirkan dapat mengalami *intra uterine growth retardation* (IUGR), kelahiran prematur atau bahkan keguguran, dan bayi lahir dengan berat badan yang rendah (BBLR). Penelitian lainnya menyebutkan, faktor penyebab terbesar anemia dinegara berkembang adalah masalah kurang gizi. Anemia disebabkan kurang gizi karena asupan gizi yang dikonsumsi ibu hamil tidak adekuat. (Wahyuni, Iryani and Zaddana, 2022)

Ibu hamil dapat mencegah anemia selama kehamilannya dengan meningkatkan asupan zat besi, makan makanan hewani yang cukup dan mengurangi asupan makanan yang dapat menghambat penyerapan zat besi, seperti: *fitat*, *fosfat*, *tanin*. Suplemen makanan berupa tablet besi juga harus diminum dengan benar, diberikan minimal 90 tablet untuk memenuhi kebutuhan zat besi ibu hamil. (Triharini, 2019). Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo, Pekanbaru.

B. Metodologi Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain studi *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil yang memeriksakan kehamilannya di Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Pekanbaru selama 3 bulan terakhir (Oktober-Desember) yang berjumlah 74 orang. Sampel pada penelitian ini sebanyak 43 orang dengan teknik pengambilan sampel *Accidental Sampling*. Analisa data menggunakan uji *Chi-Square*.

C.Hasil dan Pembahasan

1. Hasil

Tabel 1
Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil
Di Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Pekanbaru

Status Gizi	Kejadian Anemia				Total	<i>p-value</i>	
	Anemia		Tidak Anemia				
	f	%	f	%			
Kurang < 23,5 cm	5	35,7	1	3,5	6	14,0	0,004
Baik ≥ 23,5 cm	9	64,3	28	96,5	37	86,0	
Total	14	100	29	100	43	100	

Pada Hasil uji statistik dengan menggunakan *chi square* pada $\alpha=0,05$ didapatkan nilai *p-value* sebesar 0,004 ($P<0,05$) yang bermakna secara statistik terdapat hubungan antara status gizi ibu hamil dengan kejadian anemia di Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Pekanbaru.

2. Pembahasan

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa dari 43 sampel, sebanyak 37 ibu hamil (86,0%) memiliki status gizi baik, dan 6 ibu hamil (14,0%) memiliki status gizi kurang. Selanjutnya dari hasil analisa *chi-square* pada lampiran tabel uji chisquare antara Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Pekanbaru Tahun 2023 diketahui bahwa nilai probabilitasnya ($0,004 < \text{sig } \alpha=0,05$). Berdasarkan hasil dari analisis ini dapat memenuhi kriteria persyaratan hipotesis hubungan, sehingga bisa disimpulkan bahwa Status Gizi Ibu Hamil memiliki hubungan signifikan dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil di Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Kota Pekanbaru tahun 2023.

Anemia kehamilan adalah kondisi ibu dengan kadar Hb dibawah 11 gr%, yang dapat terjadi karena suplai darah ibu tidak mencukupi selama hamil. Ibu mengatakan lemas, lesu dan nafsu makan yang kurang, hal ini menjadi gejala penderita anemia. Anemia tidak hanya terjadi karena status gizi yang buruk, ibu yang memiliki gizi baik dapat mengalami anemia, faktor pekerjaan salah satu menjadi penyebab ibu mengalami anemia, pekerjaan yang terlalu berat untuk ibu hamil dapat membuat tubuh ibu cepat lemah dan lesu. (Apriani and Srifati, 2018).

Gizi yang buruk dan anemia kehamilan dapat dicegah dengan pola hidup yang sehat, asupan gizi yang seimbang, dan istirahat yang cukup akan membantu kondisi ibu agar lebih baik dari sebelumnya. Jika hal ini berlanjut ibu bisa saja mengalami resiko pada kehamilan dan persalinan. Dengan adanya pemeriksaan Status Gizi dan Hb Sahli pada kehamilan, ibu dapat mengetahui langsung yang terjadi dan apa yang ibu butuhkan selama kehamilan, ibu yang memiliki gizi yang baik lebih rentan terkena komplikasi pada kehamilan dan persalinan. (Apriani and Srifati, 2018).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dhini dkk (2019), menyebutkan bahwa ada hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada ibu hamil (*p-value*=0,001). Dimana ibu hamil dengan status gizi kurang berisiko 0,300 kali lebih besar mengalami anemia dibandingkan ibu hamil dengan status gizi baik. Pola makan yang baik bagi ibu hamil harus memenuhi sumber karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral. Zat besi sebagai salah satu poin utama yang membantu pembentukan sel-sel darah merah. Kekurangan zat besi pada ibu hamil dapat mengganggu metabolisme energi sehingga dapat menyebabkan menurunnya kemampuan kerja organ-organ tubuh.

Penelitian lain mengatakan bahwa hasil analisa hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia pada ibu hamil menggunakan uji statistik *chi square* dengan nilai $0,005 < \alpha=0,05$. Hipotesis Nol (H_0) ditolak berarti ada hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia pada ibu hamil. Nilai Odds ratio (OR) menunjukkan 3,109 dimana ibu hamil dengan status gizi beresiko KEK mempunyai resiko 3 kali lipat lebih besar mengalami anemia daripada ibu hamil dengan status gizi tidak beresiko KEK. (Marlapan, Wantouw and Sambeka, 2013).

Penelitian ini sejalan dengan yang lain dilakukan oleh Anis dan Juliana, menunjukkan bahwa adanya hubungan yang bermakna antara status gizi dengan kejadian anemi pada ibu hamil dengan $p=0,000$. Ibu hamil dengan status gizi kurang memiliki resiko 3,233 kali lebih besar mengalami anemia daripada ibu hamil dengan status gizi baik. Bisa dibuktikan dengan hasil uji *chi square* dengan nilai $p=0,05$ yang berarti ada hubungan yang bermakna antara kedua variabel. Selanjutnya dapat diasumsikan bahwa ibu hamil yang menderita KEK berpeluang untuk menderita anemia. Ibu hamil yang menderita KEK dan anemia mempunyai resiko kesakitan yang lebih besar terutama pada trimester III kehamilan dibandingkan dengan ibu hamil normal. (Anis and Juliana, 2017).

Menurut asumsi peneliti, adanya hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Kota Pekanbaru disebabkan karena ibu hamil kurangnya mengkonsumsi makanan yang mengandung zat gizi, yang dapat menghambat kesehatan janin serta porsi makan ibu berkurang saat hamil. Keadaan ini, bahwa janin dalam kandungan dapat menggunakan cadangan zat gizi dari tubuh ibu, bahkan bisa mengambil zat gizi dari jaringan tubuh ibu jika berlangsung lama. Jika asupan gizi tidak mencukupi masalah gizi seperti KEK dan anemia sering terjadi pada ibu hamil. Masalah gizi ini dapat memperlambat pertumbuhan fisik, perkembangan mental anak, dan menurunkan kecerdasan. Penting bagi ibu hamil untuk memenuhi kebutuhan gizi selama kehamilan demi mencegah masalah gizi dan dampak buruknya.

D.Penutup

Berdasarkan hasil penelitian yang penulis lakukan mengenai hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Kota Pekanbaru tahun 2023, yang dilaksanakan pada bulan April-Juli 2023, diperoleh kesimpulan bahwa Ada hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Kota Pekanbaru dengan *P-value* $0,004 < 0,05$.

Daftar Pustaka

- Anis, E. And Juliana, D. (2017) 'Hubungan Status Gizi Ibu Hamil Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil', *Jurnal Obstretika Scientia*, 2 No.2.
- Apriani, W. And Srifati (2018) 'Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester III Di Wilayah Kerja Puskesmas Lut Tawar Kecamatan Lut Tawar Kabupaten Aceh Tengah Tahun 2018 The Relationship Of Nutritional Status With The Event Of Anemia In Pregnant Women Trimester', Pp. 502–509.
- Bariyyah, K. And Mia, S. (2021) 'Status Gizi Ibu Sebelum Hamil Dan Status Anemia Berat Lahir Rendah', *Journal Of Nutrition And Culinary* [Preprint].
- Kemendes, R. (2018) *Pedoman Pencegahan Dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri Dan Wanita Usia Subur (WUS)*, Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta.
- Marlapan, S., Wantouw, B. And Sambeka, J. (2013) 'Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Tuminting Kecamatan Tuminting Kota Manado', *Jurnal Keperawatan* [Preprint].
- Triharini, M. (2019) 'Editorial: Upaya Bersama Dalam Pencegahan Anemia Kehamilan', *Pedimaternal Nursing Journal*, 5(2). Available At: <https://doi.org/10.20473/Pmnj.V5i2.21220>.
- Utama, R.P. (2021) 'Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil', *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada* [Preprint]. Available At: <https://doi.org/10.35816/Jiskh.V10i2.680>.
- Venna, A.H.G., Juliansyah, E. And Sohibun (2022) 'Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Uptd Puskesmas Sungai Durian Kabupaten Sintang', 1(1).
- Wahyuni, Y., Iryani, L.D. And Zaddana, C. (2022) 'Pelatihan Dan Pendampingan Aplikasi Penanggulangan Gizi Kronik Menghadapi New Normal Di Posyandu Kemuning 1A Desa Sukamakmur Ciomas', *Educivilia: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 3(1), Pp. 11–20. Available At: <https://doi.org/10.30997/Ejpm.V3i1.4703>.