

HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN DAN POLA MAKAN DENGAN GEJALA ANEMIA MIKROSITIK PADA IBU HAMIL DI PUSKESMAS GUNUNG JATI KABUPATEN CIREBON TAHUN 2022

Fitriani Budihartiningrum¹, Cecep Heriana², Rany Mulianny Sudirman³

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan

fitrianibudihartiningrum@gmail.com

ABSTRAK

Menurut *World Health Organization* (2019) prevalensi anemia pada ibu hamil diseluruh dunia 40,1% dan di Indonesia prevalensi anemia 51%. Kabupaten Cirebon merupakan 10 penyumbang tertinggi penyakit anemia di Jawa Barat dengan prevalensi 48,9%. Terdapat beberapa faktor yang menyebabkan terjadinya anemia pada ibu hamil seperti pola makan yang tidak teratur, pengetahuan yang kurang, dan faktor lainnya. jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain *cross sectional* dan teknik *accidental sampling*, jumlah sampel 60 ibu hamil, pengumpulan data menggunakan kuesioner. Analisis yang dilakukan adalah univariat dan bivariat serta menggunakan uji *Chi-Square*. Berdasarkan analisis univariat diperoleh sebanyak 41,7% responden memiliki pengetahuan cukup dan kurang, sedangkan pola makan 55% responden memiliki pola makan yang baik. berdasarkan analisis bivariat yang dilakukan, diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dan pola makan terhadap gejala anemia mikrositik pada ibu hamil di Puskesmas Gunung Jati Kabupaten Cirebon tahun 2022.

Kata Kunci: Pengetahuan, Pola makan, Anemia, Ibu Hamil

ABSTRACT

According to the *World Health Organization* (2019). The prevalence of anemia in pregnant women worldwide is 40,1% and in indonesia the prevalence of anemia is 51%. Cirebon regency is the 10th highest contributor to anemia in west java with a prevalence of 48,9% there are several factors that cause anemia in pregnant women such as irregular eating patterns, lack of knowledge, and other factors. This type of research is quantitative with a cross sectional design and accidental sampling technique, the number of samples is 60 pregnant women, data collection using a questionnaire. The analysis carried out was univariate and bivariate used the chi-square test. Based on univariate analysis, 41,7% of respondents had sufficient knowledge and lack of knowledge while 55% of respondents. Had a good diet. Based on the bivariate analysis carried out, the results showed that there was a relationship between knowledge and diet on the symptoms of microcytic anemia in pregnant women at the Gunung Jati public health center, Cirebon regency in 2022.

Keywords: Knowledge, diet, anemia, pregnant women

Pendahuluan

Terjadinya Covid-19 di Indonesia menyebabkan menurunnya jumlah ibu hamil yang hadir ke fasilitas pelayanan kesehatan. Hal ini disebabkan karena adanya rasa khawatir tertular dan ketidaksiapan layanan kesehatan dari segi sarana dan prasarana. Selain itu, adanya anjuran menunda pemeriksaan kehamilan dan kelas ibu hamil menyebabkan rendahnya pemeriksaan pada ibu hamil (Kemenkes, 2020).

Kondisi pandemi Covid-19 menyebabkan meningkatnya risiko kenaikan angka anemia di kalangan ibu hamil, karena selain karena tidak rutin meminum tablet tambah darah juga disebabkan karena melemahnya kondisi perekonomian sehingga diprediksi asupan nutrisi ibu hamil menjadi kurang. Pandemi Covid 19 menyebabkan perubahan besar dalam protokol pemeriksaan di pelayanan kesehatan yang mengacu pada protokol kesehatan di fasilitas pelayanan kesehatan yang dikeluarkan oleh kementerian kesehatan (Tantona, 2019).

Ibu hamil diharuskan memelihara kondisi fisiknya dengan mencukupi kebutuhan gizi dengan cara mengonsumsi makanan yang mengandung energi, protein, lemak,

vitamin dan mineral dan menghindari defisiensi gizi selama kehamilan. Kurangnya pemeriksaan menyebabkan ibu hamil tidak mengetahui kondisi kesehatannya (Husna dan Arum, 2020)

Menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2019 melaporkan bahwa secara global prevalensi anemia pada ibu hamil diseluruh dunia adalah sebesar 40,1% dan di Indonesia sebesar 51%. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Jawa Barat (2018), Kabupaten Cirebon merupakan 10 penyumbang tertinggi di Jawa Barat dengan prevalansi anemia pada ibu hamil sebanyak 48,9%. Berdasarkan data yang di peroleh dari Dinas Kesehatan Kabupaten Cirebon (2021), jumlah ibu hamil yang mengalami anemia sebanyak 7,17% atau 3810 orang. Berdasarkan data yang peneliti peroleh di puskesmas Gunung Jati pada bulan Januari-November 2021 diperoleh data bahwa terdapat 237 orang ibu hamil yang mengalami anemia dengan persentase 16,8%.

Anemia ialah kekurangan hemoglobin dalam sel darah merah yang tidak normal. Kandungan pada sel darah merah berfungsi untuk mendistribusikan oksigen ke seluruh jaringan tubuh

(Proverawati, 2018). Anemia pada kehamilan ditandai dengan gejala seperti keadaan pucat, pusing, lemah, tak bergairah. Apabila terjadi anemia selama kehamilan dan tidak ditangani dengan baik dapat menyebabkan perdarahan. Perdarahan adalah penyebab utama tingginya Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia, dimana AKI menjadi salah satu indikator penilaian derajat kesehatan masyarakat (Mutiarasari, 2019).

Penyebab paling umum dari anemia pada kehamilan adalah kekurangan zat besi, asam folat, atau interaksi keduanya yang dapat menyebabkan pendarahan akut. Jenis anemia yang paling banyak ditemukan pada ibu hamil adalah anemia dengan defisiensi zat besi atau biasa disebut dengan anemia mikrositik. Anemia mikrositik ini disebabkan oleh kurangnya konsumsi zat besi dan pola makan yang kurang baik (Noverstiti, 2015)

Ibu hamil diharuskan mengatur pola makan agar kebutuhan gizi terpenuhi. Pola makan yang seimbang terdiri berbagai makanan dalam jumlah dan proporsi yang sesuai yaitu karbohidrat, protein, mineral, sayuran, dan vitamin untuk memenuhi kebutuhan

gizi seseorang. Pola makan yang tidak sehat akan menyebabkan terjadinya kekurangan gizi. Sedangkan pada ibu hamil, pola makan yang tidak seimbang cenderung mengakibatkan anemia (Proverawati, 2018).

Apabila ibu hamil mengetahui dan memahami akibat dari anemia dan cara mencegah anemia maka akan mempunyai perilaku kesehatan yang baik sehingga diharapkan dapat terhindar dari berbagai akibat atau risiko terjadinya anemia dalam kehamilan. Perilaku kesehatan yang demikian dapat berpengaruh terhadap penurunan kejadian anemia pada ibu hamil (Suhartik, 2018)

Peneliti sebelumnya J, Wasfaedy O (2020) diperoleh hasil bahwa jarak kehamilan, tingkat pengetahuan, dan pola makan berhubungan dengan terjadinya anemia pada ibu hamil dengan nilai $p= 0,049$. Sedangkan pada penelitian Gozali W (2018) menambahkan bahwa pola makan berhubungan dengan terjadinya anemia pada ibu hamil di wilayah kerja puskesmas Buleleng III dengan nilai $p=0,002$. Berdasarkan fenomena tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Hubungan Antara Pengetahuan dan Pola Makan dengan Gejala Anemia

Mikrositik Pada Ibu Hamil di Puskesmas Gunung Jati Kabupaten Cirebon Tahun 2022.

Metode Penelitian

Metode yang digunakan pada penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan *Cross Sectional*. Variabel bebas pada penelitian ini pengetahuan dan pola makan. Sedangkan variabel terikat pada penelitian ini yaitu gejala anemia mikrositik. Sampel penelitian didapatkan dengan menggunakan teknik *Accidental Sampling*. Sampel dalam penelitian ini adalah ibu hamil trimester II yang

tinggal di wilayah kecamatan Gunung jati kabupaten Cirebon dan bersedia menjadi responden.

Data primer didapatkan dengan membagikan kuesioner secara tertutup terhadap sampel dalam penelitian. Data hasil kuesioner yang telah dikumpulkan kemudian di uji validitas dan reliabilitas menggunakan SPSS versi 25. Uji validitas dilakukan menggunakan teknik Product Moment dan uji korelasi dengan *Alpha Cronbach*. Data kemudian dianalisis menggunakan analisis univariat dan bivariat.

Hasil dan Pembahasan

Hasil Analisis Univariat

Univariat gambarkan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi sehingga dapat diketahui hasil persentase variabel penelitian.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Gejala Anemia Mikrositik di Puskesmas Gunung Jati Kabupaten Cirebon Tahun 2022

| No | Pengetahuan ibu | Frekuensi (f) | Persentase (%) |
|---------------|-----------------|---------------|----------------|
| 1 | Baik | 10 | 16,6 |
| 2 | Cukup | 25 | 41,7 |
| 3 | Kurang | 25 | 41,7 |
| Jumlah | | 60 | 100 |

Sumber: Data Primer, 2022

Berdasarkan **Tabel 1.** dapat dilihat bahwa dari 60 responden yang diteliti, hampir sebanyak 41,7% responden memiliki pengetahuan yang cukup (25 orang) dan memiliki pengetahuan kurang sebanyak 41,7% (25 responden). Jadi, sebagian besar ibu

hamil di Puskesmas Gunung Jati Kabupaten Cirebon memiliki pengetahuan yang kurang dan cukup dalam hal pengetahuan tentang gejala anemia.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Gambaran Pola Makan Pada Ibu Hamil di Puskesmas Gunung Jati Kabupaten Cirebon Tahun 2022

| No | Pola makan | Frekuensi (f) | Persentase (%) |
|---------------|------------|---------------|----------------|
| 1 | Baik | 33 | 55 |
| 2 | Cukup | 27 | 45 |
| Jumlah | | 60 | 100 |

Sumber: Data Primer, 2022

Berdasarkan **Tabel 2.** diatas dapat dijelaskan bahwa dari 60 responden yang diteliti, lebih dari

setengah responden memiliki pola makan yang baik, yaitu sebanyak 33 responden (55%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Gejala Anemia Mikrositik Pada Ibu Hamil di Puskesmas Gunung Jati Kabupaten Cirebon Tahun 2022

| No | Gejala anemia mikrositik | Frekuensi (f) | Persentase (%) |
|---------------|--------------------------|---------------|----------------|
| 1 | Gejala Anemia Berat | 35 | 58,3 |
| 2 | Gejala Anemia Ringan | 25 | 41,7 |
| Jumlah | | 60 | 100 |

Sumber: Data Primer, 2022

Berdasarkan **Tabel 3.** diatas dapat dijelaskan bahwa dari 60 responden yang di teliti, lebih dari

setengah responden memiliki gejala anemia mikrositik yaitu sebanyak 35 responden (58,3%).

Hasil Analisis Bivariat

Tabel 4. Hubungan Antara Pengetahuan Dengan Gejala Anemia Mikrositik Pada Ibu Hamil Trimester II di Puskesmas Gunung Jati Tahun 2022

| Pengetahuan Ibu Hamil | Gejala Anemia Mikrositik | | | | Total | | P value |
|-----------------------|--------------------------|-------------|---------------------|-------------|-----------|------------|---------|
| | Gejala Anemia Ringan | | Gejala Anemia Berat | | | | |
| | n | % | n | % | n | % | |
| Baik | 10 | 100 | 0 | 0 | 10 | 100 | 0,005 |
| Cukup | 15 | 60 | 10 | 40 | 25 | 100 | |
| Kurang | 10 | 40 | 15 | 60 | 25 | 100 | |
| Jumlah | 35 | 58,3 | 25 | 41,7 | 60 | 100 | |

Sumber: Data Primer, 2022

Berdasarkan **Tabel 4.** diatas dapat dijelaskan bahwa dari 10 responden yang memiliki pengetahuan baik, seluruhnya tidak mengalami gejala anemia mikrositik. (100%) dan dari 25 responden yang memiliki pengetahuan cukup, lebih dari setengah responden tidak mengalami gejala anemia mikrositik (60%) dan dari 25 responden yang memiliki pengetahuan kurang,

lebih dari setengah responden memiliki gejala anemia mikrositik (60%). Berdasarkan hasil analisis *statistic chi-square* diperoleh nilai $p=0,005$ artinya terdapat hubungan antara pengetahuan dengan gejala anemia mikrositik pada ibu hamil trimester II di Puskesmas Gunung Jati Kabupaten Cirebon tahun 2022.

Tabel 5. Hubungan Antara Pola Makan dengan Gejala Anemia Mikrositik pada Ibu Hamil Trimester II di Puskesmas Gunung Jati tahun 2022

| Pola Makan Ibu Hamil | Gejala Anemia Mikrositik | | | | Total | | P value |
|----------------------|--------------------------|-------------|---------------------|-------------|-----------|------------|---------|
| | Gejala Anemia Ringan | | Gejala Anemia Berat | | | | |
| | n | % | n | % | n | % | |
| Baik | 25 | 75,8 | 8 | 24,2 | 33 | 100 | 0,002 |
| Cukup | 10 | 37 | 17 | 63 | 27 | 100 | |
| Jumlah | 35 | 58,3 | 25 | 41,7 | 60 | 100 | |

Sumber: Data Primer, 2022

Berdasarkan **Tabel 5.** diatas dapat dijelaskan bahwa dari 33 responden yang memiliki pola makan baik, sebagian besar tidak memiliki gejala anemia mikrositik (75,8%) dan dari 27 responden yang memiliki pola makan cukup, sebagian besar mengalami anemia (63%).

Pembahasan

Hasil

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Puskesmas Gunung Jati Kabupaten Cirebon tahun 2022, diperoleh hasil bahwa hampir sebagian responden memiliki pengetahuan cukup dan kurang yaitu sebanyak 25 responden (41,7%) terkait gejala anemia. Adapun faktor yang menurut peneliti mempengaruhi pengetahuan ibu hamil itu sendiri yaitu bisa diakibatkan oleh faktor lingkungan, yang masih kental dengan kepercayaan yang turun menurun. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Suhartik *et al.* (2018).

Menurut Notoatmodjo (2018) pengetahuan merupakan hal yang sangat penting dalam proses terbentuknya tindakan seseorang. Terdapat faktor yang mempengaruhi pengetahuan yaitu pendidikan formal maupun informal (Lestari, 2019). Pendidikan seseorang

Berdasarkan hasil analisis statistic *Chi-square* di dapatkan hasil *p* value =0,002, artinya ada hubungan antara pola makan dan gejala anemia mikrositik pada ibu hamil trimester II di puskesmas Gunung Jati kabupaten Cirebon tahun 2022.

sangat mempengaruhi pengetahuan seseorang. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang semakin mudah pula menerima hidup sehat (Fifi, 2017). Hal ini sesuai dengan fakta di lapangan, menunjukkan bahwa sebagian besar responden yaitu sebanyak 58 orang ibu hamil memiliki tingkat pendidikan SD-SMA sehingga tingkat pendidikan menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan ibu hamil tentang apa itu tanda dan gejala anemia.

Berdasarkan hasil penelitian di puskesmas Gunung Jati kabupaten Cirebon terkait pola makan, diketahui bahwa hampir sebagian responden memiliki pola makan baik yaitu sebanyak 33 responden (55%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Alamsyah W (2020). Peneliti berpendapat bahwa, ibu hamil yang

memiliki pola makan yang baik disebabkan oleh kewaspadaan ibu terhadap bayinya agar bayi yang di kandungnya sehat dan memiliki berat badan yang cukup saat lahir, sedangkan pada ibu hamil yang memiliki pola makan yang cukup bisa di sebabkan karena keterbatasan ekonomi, nafsu makan ibu yang menurun akibat mual muntah, kesibukan ibu yang harus bekerja dan tidak menyempatkan diri untuk makan.

Hasil penelitian yang diperoleh terkait gejala anemia mikrositik, diketahui bahwa hampir sebagian responden memiliki gejala anemia mikrositik (58,3%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Gozali W. (2018). Menurut Proversawati (2018) meningkatnya kejadian anemia dengan bertambahnya umur kehamilan disebabkan terjadinya perubahan fisiologis. Saat dilakukan penelitian, ibu hamil yang memiliki gejala anemia mikrositik konjungtiva pada matanya terlihat pucat dan mengatakan sering mudah cepat lelah. Sedangkan beberapa ibu hamil lainnya mengatakan sering pusing dan tekanan darah rendah.

Berdasarkan analisis bivariat, diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dengan gejala

anemia mikrositik pada ibu hamil di puskesmas Gunung Jati kabupaten Cirebon tahun 2022 dengan $p\ value = 0,005$. Hasil data penelitian ini sejalan dengan penelitian Maharani A (2021), Hastuti dan Birahy (2019), dan Teja Raswati (2021). Setelah dilakukan wawancara terhadap responden, diperoleh hasil bahwa sebagian besar ibu hamil yang memiliki pengetahuan kurang disebabkan karena jarang melakukan pemeriksaan kehamilan secara rutin sehingga jarang mendapatkan informasi seputar kehamilan.

Hasil analisis bivariat pada pola makan, diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan antara pola makan dengan gejala anemia mikrositik pada ibu hamil di puskesmas Gunung Jati Kabupaten Cirebon tahun 2022 dengan $p\ value = 0,002$. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Mariana (2018). Namun, berdasarkan penelitian yang dilakukan masih terdapat banyak ibu hamil yang tidak memperhatikan pola makannya. Hal ini disebabkan oleh faktor ekonomi dan faktor kurangnya pengetahuan ibu tersebut tentang pola makan yang baik selama kehamilan. Untuk mengurangi anemia, ibu hamil sebaiknya mengkonsumsi makanan yang

mengandung karbohidrat, protein, sumber lemak, mineral, zat besi dan vitamin C agar tetap sehat dan terhindar dari gejala anemia saat kehamilan.

Namun, terdapat keterbatasan dalam penelitian ini yaitu jumlah responden yang digunakan dalam penelitian ini masih sedikit. Jika ingin melakukan penelitian sejenis, sebaiknya

Kesimpulan

Adanya hubungan antara pengetahuan dan pola makan dengan gejala anemia mikrositik pada ibu hamil di puskesmas Gunung Jati Kabupaten Cirebon Tahun 2022.

Saran

1. ibu hamil

Bagi ibu hamil diharapkan agar lebih mengetahui pola makan yang seimbang serta pengetahuan tentang tanda dan gejala terjadi anemia. Agar ibu dan bayi dapat memenuhi

dilakukan terhadap sampel yang lebih banyak sehingga hasil yang diperoleh lebih akurat. Hasil penelitian tetap dapat dijadikan sumber referensi karena proses pengolahan dan observasi masalah dilakukan dengan baik sehingga hasil yang diperoleh menggambarkan kondisi yang sesungguhnya di puskesmas Gunung Jati kabupaten Cirebon tahun 2022.

kebutuhan sehari-hari selama kehamilan serta dapat terhindar dari gejala anemia mikrositik.

2. Puskesmas Gunung Jati Kabupaten Cirebon

Diharapkan untuk lebih sering melakukan penyuluhan terhadap ibu hamil trimester II tentang pengetahuan pencegahan anemia serta dampak buruk anemia itu sendiri dan pola makan yang baik untuk ibu hamil.

Daftar Pustaka

- Badriah D. L. (2019). *Metodologi Penelitian Ilmu-Ilmu Kesehatan*. Bandung: Multazam.
- Anggraeni, M., Fatoni, A., Setiyani, R. (2021). Food Consumption as a Risk Factor of Anemia among Indonesian Pregnant Women: A Cross-sectional Study among Javanese Ethnic Group. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 9(E), 552-558. doi: 10.3889/oamjms.2021.6066.
- Mariana, Wulandari&Padila. (2018). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas.

Jurnal keperawatan silampari.1(2), 108-122.

<https://doi.org/10.37287/jppp.v2i4.181>

Notoatmodjo. (2014). *Metodologi Penelitian Kesehatan* Jakarta: Rineka cipta.

Notoatmodjo. (2018). *Pendidikan dan prilaku kesehatan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.

Patria, Dinengsih (2021). Analisis Upaya Pencegahan Anemia Ibu Hamil pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal kebidanan*, Universitas Nasional Jakarta selatan, Oktober 2021. Vol.7.

Pradana. (2020). Pengaruh Kebijakan Social Distancing pada Wabah Covid-19 Terhadap Kelompok Rentan di Indonesia. *Jurnal kebijakan kesehatan Indonesia: JKK*. Vol.09.

Riskesdas 2018: Laporan Provinsi Jawa Barat. Artikel, diakses pada 03 Januari 2022, <https://ejournal2.litbang.kemkes.go.id/index.php/lpb/article/view/3662>

Suhartik, Andi Fatmawati, Jamila Kasim. (2018). Hubungan Pengetahuan Dengan Kejadian Anemia pada Ibu hamil di Puskesmas Tamalanrea. Stikes Nani Hasanuddin Makasar. *Jurnal keperawatan*

Tantona. (2019). Anxiety Disorders In Pregnant Women During Covid-19 Pandemic. *Jurnal penelitian perawat profesional*, 2(4), 381-392.

Teja R (2021). Hubungan Pengetahuan Dan Paritas Dengan Anemia Pada Ibu Hamil di Puskesmas Denpasar. *Jurnal Menara Medika*. Vol 3 No 2.

Verrayanti (2018) Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Prilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Mantri Jeron Kota Yogyakarta. *Skripsi*. Poltekes Kesehatan Yogyakarta.

Wahyuni Y. (2019). Hubungan Pola Makan Terhadap Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil di Puskesmas Kecamatan Pulo Gadung Jakarta Timur. *Skripsi*. Universitas Binawan Jakarta.

Walyani. (2015). *Asuhan Kebidanan pada Kehamilan*. Yogyakarta: Pustaka baru.

Waryana (2017). *Gizi Reproduksi*. Yogyakarta: Pustaka Rihana.

World Health Organization (2019).

Artikel From:

<http://www.who.int/topics/anemia>

[/en/](#) di akses pada tanggal 3

januari 2022.