

Original Artikel

## Hubungan Pola Makan, Dukungan Suami dan Sumber Informasi terhadap Anemia pada Ibu Hamil di Usia Remaja

Selvia Trirahayu

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Indonesia Maju

Jln. Harapan No.50. Lenteng Agung-Jakarta Selatan 12610 (021) 78894045

Email: [selviatrirahayu2@gmail.com](mailto:selviatrirahayu2@gmail.com)

Editor: Tri Mulia

Diterima: 13/05/2022

Direview: 22/08/2022

Publish: 28/08/2022

Available Article: (doi)

Hak Cipta:

©2022 Artikel ini memiliki akses terbuka dan dapat didistribusikan berdasarkan ketentuan Lisensi Atribusi Creative Commons, yang memungkinkan penggunaan, distribusi, dan reproduksi yang tidak dibatasi dalam media apa pun, asalkan nama penulis dan sumber asli disertakan. Karya ini dilisensikan di bawah **Lisensi Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0 Internasional**.

### Abstract

**Latar Belakang:** Kehamilan di usia remaja dapat meningkatkan terjadinya risiko kematian sebanyak 2-4 kali lipat lebih tinggi dibandingkan dengan wanita yang hamil pada usia 20-30 tahun. Hampir seluruh ibu hamil di Indonesia dapat mengalami anemia atau kekurangan darah sebanyak 48,9% ibu hamil di Indonesia mengalami anemia. Persentase ibu hamil yang mengalami anemia di Indonesia mengalami peningkatan dibandingkan dengan tahun 2013 yaitu sebanyak 37,1%

**Tujuan:** Untuk mengetahui hubungan pola makan, dukungan suami dan sumber informasi terhadap anemia pada ibu hamil usia remaja.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif, populasi berjumlah 55 orang. Sampel yang digunakan dengan teknik *purposive sampling* sebanyak 35 ibu hamil. Instrumen yang digunakan yaitu kuesioner kemudian di analisis dengan uji *Chi-Square*.

**Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan hubungan pola makan dengan kejadian anemia nilai P (0,000) lebih kecil dari nilai  $\alpha$  (0,05). Hubungan dukungan suami dengan kejadian anemia nilai P (0,003) lebih kecil dari nilai  $\alpha$  (0,05). Hubungan sumber informasi dengan kejadian anemia nilai P (0,006) lebih kecil dari nilai  $\alpha$  (0,05).

**Kesimpulan:** Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan tentang hubungan pola makan, dukungan suami dan sumber informasi terhadap anemia pada ibu hamil usia remaja di maka dapat disimpulkan bahwa, terdapat hubungan antara pola makan, dukungan suami dan sumber informasi dengan kejadian anemia ibu hamil pada masa remaja.

**Kata Kunci :** anemia, ibu hamil, remaja

### Pendahuluan

Tingginya kematian ibu di Indonesia masih menjadi masalah yang menjadi prioritas di bidang kesehatan. Penyebab kematian secara langsung dapat bersifat medis dan non medis. Faktor diantaranya seperti keadaan kesejahteraan ekonomi yang berada di keluarga, lingkungan hidup, gaya hidup dan perilaku. Faktor – faktor tersebut akan mempengaruhi status kesehatan ibu, yang dimana status kesehatan ibu sebuah faktor penting penyebab kematian ibu.<sup>1</sup>

Kematian ibu di Indonesia disebabkan oleh beberapa faktor. Pertama, karena penyebab obstetric langsung yang meliputi pendarahan sebanyak 28% preeklamsi/eklamsi 24%, infeksi 11%, sedangkan penyebab tidak langsung yaitu adanya permasalahan nutrisi yang meliputi anemia pada ibu hamil 40%. Kekurangan energi kronis 37%, serta ibu hamil dengan konsumsi energi dibawah kebutuhan minimal 44,2%.<sup>2</sup>

Penyebab bertambahnya angka kematian ibu di Indonesia dapat terjadi karena kehamilan pada masa remaja. Usia dapat mempengaruhi terhadap kehamilan dan persalinan. Ibu yang berusia (<20 tahun) atau berusia dibawah 20 tahun belum siap secara fisik ataupun mental dalam menghadapi kehamilan ataupun persalinan. Dari segi fisik rahim dan panggul ibu belum tumbuh mencapai ukuran dewasa, sehingga kemungkinan akan mendapat kesulitan dalam persalinan, sedangkan mental ibu belum siap untuk menerima tugas dan tanggung jawab sebagai orang tua sehingga diragukan keterampilan perawatan diri dan bayinya.<sup>3</sup>

Berdasarkan *World Health Organization* (WHO) mendefinisikan bahwa anemia kehamilan sebagai kadar hemoglobin kurang dari 11gr atau kurang 33% pada setiap waktu kehamilan yang mempertimbangkan hemodilusi yang normal terjadi dalam kehamilan dimana kadar hemoglobin kurang dari 11gr pada trimester pertama.<sup>4</sup> Di Indonesia diperkirakan setiap harinya terjadi sebanyak 41 kasus anemia, dan 20 perempuan meninggal akibat dari kondisi tersebut. Tingginya angka tersebut disebabkan karena rendah pengetahuan dan kesadaran akan bahaya anemia dalam kehamilan cenderung muncul pada kehamilan Trimester I dan Trimester III.<sup>5</sup>

Hampir sebanyak ibu hamil di Indonesia dapat mengalami anemia atau kekurangan sel darah merah. Menurut Risesdas tahun 2018 sebanyak 48,9% ibu hamil di Indonesia yang mengalami anemia. Persentase ibu hamil yang mengalami anemia di Indonesia terus mengalami peningkatan dibandingkan dengan data pada tahun 2013 yaitu 37,1%. Anemia ibu hamil menurut umur yaitu umur 15 – 24 tahun 84,6% umur 25 – 24 tahun 33.6% dan umur 35 – 44 tahun 24%. Kondisi ini mengatakan bahwa anemia cukup tinggi di Indonesia dan menunjukkan angka mendekati masalah kesehatan masyarakat (*severe public health problem*) dengan batas prevaensi anemia ebih dari 40%.<sup>6</sup>

Penyebab terjadinya anemia pada masa kehamilan yaitu terjadi karena kurangnya mengkonsumsi makanan yang kaya akan zat besi terutama yang berasal dari sumber hewani yang mudah diserap, kekurangan zat besi karena kebutuhan zat besi yang meningkat seperti pada kehamilan.<sup>7</sup> Pola makan yang tidak seimbang dapat menyebabkan ketidakseimbangan zat gizi yang masuk kedalam tubuh dan dapat menyebabkan terjadinya kekurangan gizi atau sebaliknya pola konsumsi yang tidak seimbang dan dapat menyebabkan terjadinya anemia. Pada ibu hamil terdapat penambahan kebutuhan zat gizi disetiap trimester. Pola makan yaitu gambaran mengenai jumlah bahan makan yang dimakan tiap hari oleh satu orang.<sup>8</sup>

Wanita yang hamil diusia dini yang masih menginjak usia remaja erat kaitannya dengan suami yang menjadi pasangannya. Dukungan suami juga merupakan peluang yang sangat besar dalam menentukan status kesehatan ibu. Jika suami mengharapkan kehamilan, mendukung bahkan memperlihatkan dukungannya dalam berbagai hal, maka ibu hamil akan merasa lebih percaya diri, lebih bahagia dan siap dalam menjalani kehamilan, persalinan maupun nifas. Menurut teori Stuart yang dikutip Hanifah (2018)

bahwa dukungan suami dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis (*psychological well being*) dan juga kemampuan penyesuaian diri melalui perasaan memiliki, pencegahan psikologis, pengurangan stress, peningkatan harga diri, serta penyediaan sumber atau bantuan yang dibutuhkan selama proses kehamilan. Sehingga wanita hamil sangat memerlukan dukungan suami, karena dukungan suami mempengaruhi perilaku maupun emosi wanita hamil diusia muda yang masing sulit dikendalikan (labil).<sup>9</sup>

Dalam menanganai anemia pada ibu hamil juga sangat perlu sekali peran keluarga karena keluarga adalah unit terkecil dari masyarakat yang terdiri dari kepala keluarga dengan saling ketergantungan dan kesehatan anggota keluarga serta kualitas kehidupan keluarga menjadi sangat berhubungan, sehingga keluarga berperan dalam menentukan cara asuhan yang diperlukan apabila ada anggota keluarga yang sakit.<sup>10</sup> Upaya pencegahan dan juga penanggulangan anemia pada kehamilan diusia remaja perlu dilakukan pendekatan lebih lanjut dan diprioritaskan dalam pemberian suplemen zat besi pada ibu hamil. Anemia pada ibu hamil memerlukan perhatian serius dari semua pihak yang terkait dalam pelayanan kesehatan.<sup>11</sup>

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan pola makan, dukungan suami dan sumber informasi terhadap anemia pada ibu hamil usia remaja.

**Metode**

Jenis penelitian menggunakan penelitian pendekatan deskriptif yaitu untuk menganalisis hubungan antar variabel, penelitian ini untuk memberikan gambaran yang lebih detail mengenai suatu gejala atau fenomena. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil diusia remaja yang terdata di Puskesmas Ciranjang Kabupaten Cianjur pada bulan Agustus 2021 berjumlah 55 orang. Sampel berjumlah 35 ibu hamil dengan teknik pengambilan sampel *purposie sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan berupa tes, kuesioner, observasi dan wawancara. Pengumpulan data dengan menggunakan kuesioner dan di uji dengan analisis *Chi-Square*.

**Hasil**

**Analisis Univariat**

**Tabel 1.** Distribusi Pola Makan, Dukungan Suami dan Sumber Informasi (n = 35)

Variable	Jumlah	Persentase (%)
<b>Pola makan</b>		
Baik	16	45,7
Tidak Baik	19	54,3
<b>Dukungan suami</b>		
Mendukung	20	57,1
Tidak mendukung	15	42,9
<b>Sumber informasi</b>		
Mendapatkan	23	65,7
Tidak mendapatkan	12	34,3

Distribusi frekuensi responden berdasarkan pola makan diketahui kurang dari setengahnya memiliki pola makan yang baik sebanyak 16 orang (45,7%) dan lebih dari setengahnya responden memiliki pola makan yang tidak baik sebanyak 19 orang (54,3%). Distribusi frekuensi responden berdasarkan dukungan suami diketahui lebih dari setengahnya responden mendapatkan dukungan suami sebanyak 20 orang (57,1%) dan kurang dari setengahnya responden tidak mendapatkan dukungan suami sebanyak 15 orang (42,9%).

Distribusi frekuensi responden berdasarkan sumber informasi diketahui lebih dari setengahnya responden mendapatkan informasi tentang anemia sebanyak 23 orang (66,7%) dan kurang dari setengahnya responden tidak mendapatkan informasi tentang anemia sebanyak 12 orang (34,3%).

### Analisis Bivariat

**Tabel 2.** Hubungan Pola Makan, Dukungan Suami dan Sumber Informasi Dengan Kejadian Anemia

Variabel	Kejadian Anemia				Total		P-Value
	Anemia		Tidak anemia		F	%	
	F	%	F	%			
<b>Pola Makan</b>							
Baik	2	12,5	14	87,5	16	100	0,000
Tidak baik	16	84,2	3	15,8	19	100	
Total	18	51,4	17	48,6	35	100	
<b>Dukungan Suami</b>							
Mendukung	6	30	14	70	20	100	0,003
Tidak mendukung	12	80	3	20	15	100	
Total	18	51,4	17	48,6	35	100	
<b>Sumber Informasi</b>							
Mendapatkan	8	34,8	15	65,2	23	100	0,006
Tidak mendapatkan	10	83,3	2	16,7	12	100	
Total	18	51,4	17	48,6	35	100	

Berdasarkan hasil dari tabel 2 bahwa dari 16 responden yang mempunyai pola makan baik, lalu didapatkan bahwa sebagian kecil responden mengalami anemia sebanyak 2 orang (12,5%) dan sebagian besar responden tidak mengalami anemia sebanyak 14 orang (87,5%). Sedangkan dari 19 responden yang mempunyai pola makan tidak baik, didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden mengalami anemia sebanyak 16 orang (84,2%) dan sebagian kecil responden tidak mengalami anemia sebanyak 3 orang (15,8%). Berdasarkan hasil uji statistik yang telah dilakuakn dengan menggunakan *Chi-Square*, diketahui bahwa hasil nilai P sebesar (0,000) artinya lebih kecil dari nilai  $\alpha$  (0,05), maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia.

Berdasarkan hasil tabel 2 diketahui bahwa dari 20 responden yang mendapatkan dukungan suami, didapatkan hasil bahwa kurang dari setengahnya responden mengalami anemia sebanyak 6 orang (30%) dan lebih dari setengahnya responden tidak mengalami anemia sebanyak 14 orang (70%). Sedangkan dari 15 responden yang tidak mendapatkan dukungan suami, didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden mengalami anemia sebanyak 12 orang (80%) dan sebagian kecil responden tidak mengalami anemia sebanyak 3 orang (20%). Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan *Chi-Square*, diketahui bahwa nilai P sebesar (0,003) artinya, lebih kecil dari nilai  $\alpha$  (0,05), maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan suami dengan kejadian anemia.

Berdasarkan hasil tabel 2 bahwa dari 23 responden yang mendapatkan sumber informasi, didapatkan bahwa kurang dari setengahnya responden mengalami anemia sebanyak 8 orang (34,8%) dan lebih dari setengahnya responden tidak mengalami

anemia sebanyak 15 orang (65,2%). Sedangkan dari 12 responden yang tidak mendapatkan sumber informasi, didapatkan bahwa sebagian besar responden mengalami anemia sebanyak 10 orang (83,3%) dan sebagian kecil responden tidak mengalami anemia sebanyak 2 orang (16,7%). Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan *Chi-Square*, diketahui bahwa nilai P sebesar (0,006) artinya, lebih kecil dari nilai  $\alpha$  (0,05), maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara sumber informasi dengan kejadian anemia.

## Pembahasan

### Pola makan

Anemia yaitu kondisi berkurangnya sel darah merah (*eritosit*) dalam sirkulasi darah atau massa hemoglobin (Hb) sehingga tidak mampu memenuhi fungsinya sebagai pembawa oksigen ke seluruh jaringan, Anemia merupakan suatu konsentrasi apabila hemoglobin <105g/L atau penurunan kapasitas darah dalam membawa oksigen, hal tersebut terjadi akibat penurunan produksi sel darah merah, dan /atau penurunan Hb dalam darah.<sup>12</sup>

Pola makan merupakan cara seseorang, dalam memilih jenis dan jumlah bahan makanan yang dimakan setiap hari oleh satu orang atau lebih dan mempunyai khas untuk satu kelompok tertentu. Penanaman pola makan yang beraneka ragam makanan yang harus dilakukan sejak bayi, saat bayi masih makan nasi tim, yaitu ketika usia baru enam bulan ke atas, ibu harus tahu dan mampu menerapkan pola makan sehat. Malas makan, atau justru terlalu sibuk beraktivitas hingga tidak sempat makan, dapat membuat ibu hamil saja hal tersebut kurang baik bagi kesehatan, maka hal itu akan berdampak lebih parah pada waktu kehamilan. Menunda – nunda waktu makan, sebagai misal, dapat memicu gangguan lambung. Hal ini dapat menjadikan semakin buruk apabila mempunyai masalah gangguan lambung atau maag. Karenanya, untuk dapat menjalani kehamilan dengan sehat, harus benar – benar menjaga pola makan yang sama sehatnya. Berikut ini adalah tips untuk hal tersebut yaitu makan sedikit tapi sering makan – makanan seperti sayur dan buah, daging tanpa lemak, ikan, telur, kacang – kacangan, makanan sumber karbohidrat, dan susu.<sup>13</sup>

Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan *Chi-Square*, diketahui bahwa nilai P (0,000) lebih kecil dari nilai  $\alpha$  (0,05), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia.

### Dukungan Suami

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat bahwa dari 20 responden yang mendapatkan dukungan suami, didapatkan bahwa lebih dari setengahnya responden tidak mengalami anemia sebanyak 14 orang (70%). Sedangkan dari 15 responden yang tidak mendapatkan dukungan suami, didapatkan bahwa sebagian besar responden mengalami anemia sebanyak 12 orang (80%). Sindrom anemia terdiri atas rasa lesu, cepat lelah, lemah, mata berkunang – kunang, kaki terasa dingin, dan sesak nafas. Pada pemeriksaan seperti asus anemia lainnya, ibu hamil tampak pucat, yang mudah dilihat pada konjungtiva, mukosa muut, telapak tangan dan jaringan dibawah kuku.<sup>14</sup>

Dukungan suami adalah suatu bentuk kasih sayang suami terhadap istri yang membantu dalam hal yang memang sang istri butuhkan, dukungan suami banyak sekali dilakukan dalam beberapa sikap dan perilaku suami kepada sang istri yaitu dengan cara memberikan dukungan secara emosional, psikologis, materi yang membuat sang istri merasa nyaman dan aman.

Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan *Chi-Square*, diketahui bahwa nilai P (0,003) lebih kecil dari nilai  $\alpha$  (0,05), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan suami dengan kejadian anemia.

### Sumber Informasi

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat bahwa dari 23 responden yang mendapatkan sumber informasi, didapatkan bahwa lebih dari setengahnya responden tidak mengalami anemia sebanyak 15 orang (65,2%). Sedangkan dari 12 responden yang tidak mendapatkan sumber informasi, didapatkan bahwa sebagian besar responden mengalami anemia sebanyak 10 orang (83,3%)

Sumber informasi merupakan segala hal yang dapat digunakan oleh seseorang sehingga mengetahui tentang hal yang baru dan mempunyai ciri – ciri yaitu dapat dilihat, dibaca dan dipelajari, diteliti, dikaji, dianalisis, dimanfaatkan, dikembangkan, penelitian, laboratorium, dan di transformasikan kepada orang lain. Sumber informasi adalah suatu informasi yang bertujuan untuk membuka informasi yang berperan penting bagi seseorang dalam menentukan sikap dan keputusan untuk bertindak, sumber informasi juga dapat digunakan oleh seseorang sehingga mengetahui tentang hal yang baru. Dan sumber informasi dapat diperoleh dengan bebas mulai dari lingkungan, keluarga, tenaga kesehatan, media sosial atau membuka situs – situs internet.<sup>15</sup>

Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan *Chi-Square*, diketahui bahwa nilai P (0,006) lebih kecil dari nilai  $\alpha$  (0,05), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara sumber informasi dengan kejadian anemia.

### Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan tentang hubungan pola makan, dukungan suami dan sumber informasi terhadap anemia pada ibu hamil usia remaja maka dapat disimpulkan bahwa, terdapat hubungan antara pola makan, dukungan suami dan sumber informasi dengan kejadian anemia ibu hamil pada masa remaja.

### Konflik Kepentingan

Peneliti menyatakan bahwa penelitian ini independen dari konflik kepentingan individu dan organisasi

### Ucapan Terima Kasih

Terimakasih kepada tim, dosen dan keluarga serta responden yang telah membantu proses penelitian ini.

### Pendanaan

Dana dalam penelitian ini diambil dari dana pribadi peneliti.

### References

1. Alifah A. Hubungan Dukungan Suami dengan Kondisi Fisik dan Psikososial Ibu Hamil Remaja di Wilayah Puskesmas Kabupaten Bandung. Universitas' Aisyiyah Bandung; 2019.
2. Nabila I. Pengaruh Kehamilan Usia Remaja terhadap Kejadian Anemia dan KEK pada Ibu Hamil. J Ilm Kesehat Sandi Husada. 2020;9(1):554–9.
3. Damayanti D. Gizi dalam daur kehidupan. 2019;
4. Organization WH. Nutritional anaemias: tools for effective prevention and control. Geneva: World

- Health Organization.; 2016.
5. Zuriati Muhamad SL. Peran Kebijakan Pemerintah Daerah Dalam Menanggulangi Kekurangan Energi Kronik (KEK) Di Kabupaten Gorontalo. *Kesehat Masy.* 2017;7(2):113–22.
  6. Gozali W. Hubungan pola makan dengan kejadian anemia pada Ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Buleleng III. *Int J Nat Sci Eng.* 2018;2(3):117–22.
  7. Safrudin SKM, Hamidah SP. Kebidanan komunitas. In *EGC*; 2009.
  8. Demsa S. Pencegahan dan penanggulangan kurang energi kronik (KEK) dan anemia pada ibu hamil. Yogyakarta: Deependublish. 2018;
  9. Tyastuti S, Wahyuningsih HP, SiT S, Keb M, Wahyuningsih HP, SiT S, et al. Asuhan kebidanan kehamilan. *Pusdik SDM Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*; 2016.
  10. Amir N, Djokosujono K. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada Remaja Putri di Indonesia: *Literatur Review.* *J Kedokt dan Kesehat.* 2019;15(2):119.
  11. Sumailan GP, Dinengsih S, Siauta J. Analisis Upaya Pencegahan Anemia Ibu Hamil pada Masa Pandemi Covid 19 *Analysis of Preventing Anemia for Pregnant Mothers during The Covid-19 Pandemic.* 2021;7(2):66–76.
  12. Wahyuni W, Mustar M, Yanti I, Sulfianti S, Indryani I, Winarso SP, et al. *Kebidanan Komunitas.* Yayasan Kita Menulis; 2020.
  13. Susilowati D, Susilowati D. *Promosi kesehatan.* 2016;
  14. Widhi Astuti E. *Konsep Kebidanan dan Etikolegal dalam praktik kebidanan.* Kemenkes; 2016.
  15. Herdiani TN, Rosiana R. #12 Sumber Informasi, Peran Petugas Kesehatan Dan Pengetahuan Wanita Usia Subur Dalam Melakukan Sadari Di Wilayah Kerja Puskesmas Anggut Atas Kota Bengkulu. *Infokes.* 2020;10(1):186–94.