HUBUNGAN STATUS GIZI IBU HAMIL DAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN KEJADIAN ANEMIA DI PUSKESMAS BARA PERMAI KOTA PALOPO TAHUN 2025

Olivia Raho, Dewi Hastuty[2], Rosita[3], Yenny Arfianty[4]

[1,2,3,4*] *Program Studi Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Mega Buana Palopo, Indonesia, 91959*
Corresponding author: lolivraho52@gmail.com

Info Artikel
Sejarah artikel
Diterima : 06.07.2025
Disetujui : 18.07.2025
Dipublikasi : 30.08.2025

Kata Kunci : Anemia, Dukungan Keluarga, Status Gizi Ibu Hamil

Abstrak

Anemia pada ibu hamil adalah kondisi dimana kadar hemoglobin dalam darah ibu hamil berada di bawah 11 g/dL. Jika tidak segera ditangani, anemia dapat menimbulkan berbagai komplikasi yang memengaruhi ibu selama masa kehamilan, persalinan, dan nifas, serta berdampak negatif pada janin yang dikandung. Dukungan keluarga, konsumsi kopi/teh, pengetahuan, kepatuhan, dukungan bidan, budaya, dan status gizi merupakan faktor-faktor yang mempengaruhi anemia pada ibu hamil. Tujuan: Untuk mengetahui hubungan status gizi ibu hamil dan dukungan keluarga dengan kejadian anemia di Puskesmas Bara Permai Kota Palopo. Metode Penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional* dan merupakan penelitian kuantitatif. Populasi penelitian ini terdiri dari seluruh ibu hamil dari trimester I,II dab III yang bertempat tinggal di Puskesmas Bara Permai Kota Palopo berjumlah 110 responden. Menggunakan teknik pengambilan sampel secara *purposive sampling* yaitu ibu dari trimester I,II dan III yang bersedia menjadi responden berjumlah 32 responden. Lembar kuesioner dan lembar ceklis untuk mengumpulkan data. Data yang telah dikumpulkan kemudia diolah dan dianalisis secara univariat dan bivariat, uji bivariate yang digunakan adalah uji *chi-quare* menggunakan program Microsoft excel dan program terukur (SPSS). Hasil penelitian Di Puskesmas Bara Permai Kota Palopo Tahun 2025 terdapat hubungan antara status gizi ibu hamil dengan kejadian anemia dengan nilai p *value* 0,011 (<0,05), dan terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan kejadian anemia dengan nilai p *value* 0,000 (<0,05) Kesimpulan Terdapat hubungan antara status gizi ibu hamil dan dukungan keluarga dengan kejadian anemia di Puskesmas Bara Permai Kota Palopo Tahun 2025.

The Relationship Between Pregnant Women's Nutritional Status and Family Support with the Incidence of Anemia at the Bara Permai Community Health Center in Palopo City in 2025

Abstrak

Anemia in pregnant women is a condition in which the hemoglobin level in the blood is below 11 g/dL. If not treated promptly, anemia can lead to various complications affecting the mother during pregnancy, childbirth, and the postpartum period, as well as negatively impacting the fetus. Family support, coffee/tea consumption, knowledge, compliance, midwife support, culture, and nutritional status are factors that influence anemia in pregnant women.Objective: To determine the relationship between the nutritional status of pregnant women and family support with the incidence of anemia at Bara Permai Public Health Center, Palopo City. Methods: This study used a cross-sectional approach and was quantitative in nature. The population consisted of all pregnant women in the first, second, and third trimesters living in the working area of Bara Permai Public Health Center, totaling 110 respondents. The sampling technique used was purposive sampling, with 32 pregnant women from the first, second, and third trimesters who were willing to participate as respondents. Data collection tools included

questionnaires and checklist forms. The collected data were processed and analyzed using univariate and bivariate analysis. The bivariate test used was the chi-square test, analyzed using Microsoft Excel and SPSS software. Results: At Bara Permai Public Health Center, Palopo City in 2025, there was a significant relationship between the nutritional status of pregnant women and the incidence of anemia (p-value = 0.011; <0.05), and a significant relationship between family support and the incidence of anemia (p-value = 0.000; <0.05) Conclusion: There is a relationship between the nutritional status of pregnant women and family support with the incidence of anemia at the Bara Permai Community Health Center, Palopo City in 2025.

Keyword : *Anemia, Family Support, Nutritional Status of Pregnant Women*

Pendahuluan

Anemia pada wanita hamil terjadi ketika kadar hemoglobin dalam darah mereka turun di bawah tingkat yang seharusnya. Hemoglobin sendiri adalah protein yang terdapat di dalam sel darah merah dan berfungsi mengangkut oksigen ke seluruh bagian tubuh (Herien, 2024).

Menurut data dari *World Health Organization* (WHO) prevalensi anemia pada ibu hamil tetap menjadi masalah kesehatan global yang signifikan. Pada tahun 2021, sekitar 41,8% ibu hamil yang mengalami anemia,pada tahun 2022, sekitar 40% ibu hamil yang mengalami anemia dan tahun 2023 sekitar 37,% ibu hamil di dunia yang mengalami anemia, terutama di negara-negara dengan pendapatan rendah dan menengah (WHO, 2023).

Berdasarkan data Profil Kesehatan Indonesia selama tiga tahun terakhir, angka kejadian anemia pada ibu hamil mengalami peningkatan pada tahun 2021 sekitar 48,9% ibu hamil yang mengalami anemia Pada tahun 2022, mengalami penurunan sekitar 24,5% ibu hamil di Indonesia yang mengalami anemia dan pada tahun 2023, kembali meningkat sekitar 27,7% ibu hamil diindonesia yang mengalami anemia (SKI,2023).

Di Provinsi Sulawesi Selatan, data menunjukkan prevalensi anemia pada ibu hamil sekitar 34,1% pada tahun 2021 dan mengalami peningkatan menjadi 35,3% pada tahun 2022, kemudian pada tahun 2023 kembali mengalami peningkatan yaitu sekitar 37,1% ibu hanil yang mengalami anemia (Provinsi Sulawesi selatan 2023).

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Palopo, jumlah kejadian anemia pada ibu hamil tercatat sebanyak 169 orang pada tahun 2021 ibu hamil yang mengalami anemia,kemudian pada tahun 2022 menurun menjadi 67 orang ibu hamil yang mengalami anemia, kemudian pada tahun 2023 kembali meningkat yaitu 95 orang ibu hamil yang mengalami anemia, dan pada tahun 2024 jumlah kejadian anemia pada ibu hamil masih tetap meningkat yaitu 245 orang ibu hamil yang mengalami anemia, kemudian pada tahun 2025 dari periode Januari-Maret jumlah kejadian anemia pada ibu hamil tercatat sebanyak 135 orang ibu hamil yang mengalami anemia (Dinkes 2024)/

Menurut penjelasan petugas KIA di Puskesmas Bara Permai Kota Palopo, kejadian anemia pada ibu hamil disebabkan oleh faktor kurangnya status gizi dan kurangnya dukungan dari keluarga. Data yang tercatat menunjukkan bahwa pada tahun 2021, terdapat 26 ibu hamil yang mengalami anemia, pada tahun 2022 sebanyak 18 ibu hamil yang mengalami anemia, kemudian pada tahun 2023 sebanyak 21 ibu hamil yang mengalami anemia, kemudian pada tahun 2024, tercatat 40 orang ibu hamil yang mengalami anemia dan pada tahun 2025 dari periode januari-maret tercatat sebanyak 20 orang ibu hamil yang mengalami anemia. Upaya yang dilakukan untuk mengatasi masalah ini antara lain dengan melakukan kunjungan rumah, memberikan edukasi, dan menyelenggarakan penyuluhan mengenai pentingnya dukungan keluarga dan status gizi ibu hamil.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dari itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Hubungan status gizi ibu hamil dan dukungan keluarga dengan kejadian anemia di puskesmas Bara Permai Kota Palopo Tahun 2025.

Kajian Literatur

A. Anemia

Anemia pada wanita hamil terjadi ketika kadar hemoglobin dalam darah turun di bawah 11 g/dL. Jika tidak ditangani dengan cepat, kondisi ini dapat menyebabkan berbagai komplikasi yang memengaruhi ibu selama kehamilan, proses persalinan, dan masa nifas, serta memberikan dampak negatif pada janin. Beberapa faktor yang berperan dalam terjadinya anemia pada ibu hamil antara lain tingkat pengetahuan, status gizi, dan kepatuhan dalam mengonsumsi suplemen penambah darah. Salah satu langkah yang diterapkan untuk mengatasi anemia ini adalah pemberian tablet penambah darah selama kehamilan (Idyawati et al., 2024).

Faktor lain yang dapat menyebabkan anemia pada ibu hamil antara lain pola makan, aktivitas fisik, dan faktor lainnya. Ibu hamil perlu menjaga status gizi yang baik dan asupan gizi yang seimbang. Selain itu, kurangnya aktivitas fisik juga dapat berkontribusi pada terjadinya anemia. Aktivitas fisik yang terbatas dapat menurunkan metabolisme tubuh, yang pada gilirannya mengurangi metabolisme zat besi (Nurrofifah Luthfi Amjad et al., 2024).

Anemia pada masa kehamilan umumnya disebabkan oleh kekurangan zat besi (anemia defisiensi besi), yang dapat terjadi karena asupan zat besi yang tidak mencukupi dari makanan, gangguan dalam penyerapan atau pemanfaatan zat besi, atau kehilangan zat besi yang berlebihan akibat perdarahan. Anemia sendiri merupakan suatu kondisi dengan gejala yang muncul dari berbagai penyebab. Selain kekurangan zat besi, anemia juga bisa disebabkan oleh kerusakan sel darah merah yang berlebihan (hemolisis), kehilangan darah secara terus-menerus, produksi sel darah merah yang tidak maksimal, status gizi yang buruk seperti gangguan penyerapan protein dan zat besi di usus, serta masalah dalam pembentukan eritrosit di sumsum tulang belakang (Astutik,2018)

Anemia dapat diklasifikasikan berdasarkan riwayat klinis pasien, yaitu apakah bersifat didapat atau kongenital, akut, atau kronis. Selain itu, anemia juga dapat dikategorikan

berdasarkan bentuk sel darah merah, yang terbagi menjadi anemia mikrositik hipokromik, normositik normokromik, dan makrositik. Anemia mikrositik hipokromik merujuk pada kondisi di mana sel darah merah berukuran kecil dan tampak pucat. Anemia normositik normokromik memiliki ukuran dan warna sel darah merah yang normal, sementara anemia makrositik ditandai dengan sel darah merah yang berukuran besar (Ummah, 2019).

B. Status Gizi Ibu Hamil

Status gizi menjadi salah satu indikator penting untuk menilai pemenuhan kebutuhan nutrisi pada ibu hamil. Secara umum, status gizi dapat diartikan sebagai kondisi kesehatan yang tercipta dari keseimbangan antara kebutuhan dan asupan nutrisi. Gizi pada ibu hamil mencakup pola makan yang sehat dan seimbang, yang harus dikonsumsi selama masa kehamilan dengan porsi yang lebih besar, yakni kira-kira dua kali lipat dibandingkan dengan kebutuhan orang yang tidak hamil (Winarsih, 2023). Gizi pada ibu hamil adalah kebutuhan nutrisi yang harus dipenuhi selama masa kehamilan. Kekurangan gizi pada ibu hamil dapat meningkatkan risiko dan komplikasi bagi ibu dan janin. Kekurangan gizi pada ibu hamil dapat mempengaruhi perkembangan janin dan berisiko menyebabkan keguguran, abortus, kelahiran bayi mati, kematian neonatal, cacat bawaan, anemia pada bayi, asfiksia intra partum (kematian janin dalam kandungan), serta kelahiran dengan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR). Oleh karena itu, kebutuhan gizi ibu hamil jauh lebih tinggi dibandingkan dengan ibu yang tidak hamil (Fitria, 2024).

Menurut (Fitriana, 2021) ada beberapa faktor yang memengaruhi status gizi pada ibu hamil, di antaranya :

1. Pemahaman mengenai kandungan gizi dalam makanan Perencanaan dan penyusunan pola makan yang tepat bagi ibu atau wanita dewasa sangat berperan penting dalam memenuhi kebutuhan nutrisi selama kehamilan.
2. Tingkat pendidikan : Pendidikan menjadi salah satu faktor yang berhubungan positif dengan kejadian anemia pada ibu hamil. Studi menunjukkan bahwa prevalensi anemia cenderung menurun seiring meningkatnya tingkat pendidikan ibu. Pendidikan memengaruhi anemia melalui peningkatan pengetahuan tentang kesehatan serta kondisi sosial ekonomi. Ibu dengan pendidikan yang lebih tinggi biasanya memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai gizi dan kesehatan, sehingga mereka lebih mudah menerima informasi terkait kedua hal tersebut

C. Dukungan Keluarga

Dukungan keluarga adalah bentuk sikap, tindakan, dan penerimaan yang diberikan oleh keluarga kepada salah satu anggotanya. Dukungan ini dapat diklasifikasikan ke dalam empat jenis, yaitu dukungan emosional, dukungan praktis (instrumental), dukungan berupa penghargaan, dan dukungan dalam bentuk informasi (Rosyada et al., 2023). Keluarga memiliki peran yang sangat penting bagi ibu hamil, terutama dalam menjaga kondisi psikologisnya yang cenderung lebih rentan dibandingkan wanita yang tidak sedang hamil. Oleh sebab itu, dukungan dari keluarga terutama dari suami sangat dibutuhkan. Misalnya, ketika keluarga memiliki harapan tertentu terhadap jenis kelamin bayi, hal tersebut dapat menimbulkan kecemasan pada ibu hamil jika bayi yang dilahirkan tidak sesuai dengan harapan tersebut. Dalam situasi seperti ini, ibu memerlukan dukungan emosional yang kuat dari keluarga, termasuk perhatian dan kasih sayang yang tulus (Dartiwen, 2019).

Menurut (Pierre, 2023)Ada empat aspek dudkungan keluarga antara lain :

1. Aspek dukungan emosional

   Aspek ini mengartikan bahwa setiap orang dalam keluarga mengetahui cara memberikan dukungan secara emosional, seperti menunjukkan kasih sayang, menciptakan rasa nyaman, tidak marah pada hal-hal kecil, memberikan perhatian, dan saling membantu dalam melakukan pekerjaan rumah. Dengan cara ini, setiap anggota keluarga akan merasakan dukungan emosional dari yang lain. Dukungan emosional ini sangat penting agar setiap orang merasa dihargai dan dicintai
2. Aspek dukungan penghargaan

   Aspek dukungan penghargaan merujuk pada bentuk pengakuan yang diberikan oleh anggota keluarga maupun orang-orang di sekitar individu. Dukungan semacam ini membuat anggota merasa dihargai, diperhatikan, dan membantu meningkatkan rasa percaya diri. Oleh karena itu, dukungan penghargaan menjadi salah satu faktor yang mendorong mahasiswa dalam proses belajar, karena mereka mendapatkan apresiasi positif dan dukungan penuh dari keluarga
3. Aspek dukungan instrumental

   Dukungan instrumental merujuk pada bantuan praktis yang diberikan oleh setiap anggota keluarga, seperti memberikan bantuan langsung. Bentuk dukungan ini bisa berupa mengantar anggota keluarga saat akan pergi ke suatu tempat, menemani atau mengunjungi tempat yang diinginkan, mengajak keluarga untuk rekreasi guna menjaga kestabilan emosi, serta memberikan

bantuan langsung jika terjadi sesuatu pada anggota keluarga

4. Aspek dukungna informasi

   Aspek informasi melibatkan pemberian bantuan kepada anggota keluarga dalam menghadapi masalah dengan cara menyediakan informasi yang relevan. Bentuk dukungan ini antara lain meliputi usaha untuk mencari tahu berbagai hal dan informasi yang dibutuhkan, memberikan saran ketika seseorang merasa bingung atau ragu dalam membuat keputusan, serta mencari tahu dampak positif dan negatif dari suatu hal

Bahan dan Metode

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*, Penelitian ini dilaksanakan mulai bulan Mei hingga Juni tahun 2025. Variabel dalam penelitian ini terbagi menjadi dua variabel yaitu variabel independen dan dependen, variabel independen adalah status gizi ibu hamil dan dukungan keluarga sedangkan variabel dependen adalah anemia. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu hamil Trimester I,II dan III berjumlah 110 di Wilayah Puskesmas Bara Permai Kota Palopo. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 32 responden dengan menggunakan rumus slovin. Penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* bertujuan untuk memilih sampel sesuai dengan subjek yang diperlukan terpenuhi. Kriteria inklusi Ibu hamil trimester I-III, bertempat tinggal di wilayah kerja Puskesmas Bara Permai, bersedia menjadi responden. Kriteria esklusi ibu dengan penyakit tertentu, ibu hamil yang menolak menjadi responden. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner dan lembar observasi. Teknik pengolahan data dalam penelitian ini menggunakan SPSS yaitu *editing, coding, transferring, tabulating, cleaning.* Penelitian ini menggunakan analisis univariat adalah analisis yang digunakan untuk menjelaskan atau menggambarkan karakteristik masing-masing variabel dalam penelitian dan analisis bivariat untuk mengetahu hubungan antara variabel independen dan variabel dependen dengan taraf Signifikan (p) 0,011 dan 0,000 lebih kecil dari niali (p<0,05). Adapaun perhitungan rumus tersebut, peneliti menganalisisnya dengan bantuan *Microsoft excel* dan SPSS 25.

Hasil Penelitian

1. Analisis Univariat

Tabel 1 Distribusi frekuensi berdasarkan karakteristik responden

Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Persentase (%)
UMUR IBU		
15-25	7	21.9
26-35	18	56.3
36-45	7	21.9
UMUR KEHAMILAN		
TM 1 (1-3 bulan)	4	12.5
TM 2 (4-6 bulan)	13	40.6
TM 3 (7-9 bulan)	15	46.6
JUMLAH ANAK		
1	7	21.9
2	12	37.5
3	7	21.9
4	6	18.8
PENDIDIKAN		
SD	4	12.5
SMP	5	15.6
SMA/SMK	16	50.0
S1	7	21.9
PEKERJAAN		
IRT	25	78.1
Wiraswasta	6	18.8
Guru	1	3.1
Total	32	100

Berdasarkan tabel 1 di atas menunjukkan bahwa dari 32 orang responden yang diteliti, frekuensi tertinggi adalah responden dengan kelompok umur 26-35 tahun yaitu sebanyak 18 orang (56.3%) sedangkan umur responden terendah adalah 15-25 dan 36-45 tahun yaitu sebanyak 7 orang (21.9%).

Pada karakteristik umur kehamilan, didapatkan frekuensi tertingi adalah responden dengan kelompok umur kehamilan TM 3 (7-9 bulan) yaitu sebanyak 15 orang (46.6%) sedangkan umur kehamilan responden terendah adalah TM 1 (1-3 bulan) yaitu sebanyak 4 orang (12.5%). Pada karakteristik jumlah anak, didapatkan frekuensi tertinggi adalah responden dengan jumlah anak dua, yaitu sebanyak 12 orang (37.5%), sedangkan jumlah anak terendah responden adalah, empat anak yaitu 6 orang (18.8%). Pada karakteristik Pendidikan diketahui sebagian besar responden adalah berpendidikan SMA/SMK yaitu sebanyak 16 orang (50.0%), dan terendah adalah responden yang berpendidikan SD yaitu 4 orang (12.5%). Pada karakteristik pekerjaan, sebagian besar responden bekerja sebagai IRT yaitu sebanyak 25 orang (78.1%), dan terendah adalah responden yang bekerja sebagai guru yaitu sebanyak 1 orang (3.1%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Anemia pada ibu hamil di puskesmas bara permai

Anemia pada ibu hamil	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Anemia	19	59.4
Tidak anemia	13	40.6
Total	**32**	**100.0**

Berdasarkan tabel 2 di atas menunjukkan bahwa diketahui bahwa responden yang mengalami anemia sebanyak 19 orang (59.4%), sedangkan yang tidak anemia sebanyak 13 orang (40.6%).

Tabel 3 distribusi frekuensi status gizi ibu hamil di puskesmas bara permai

Gizi ibu hamil	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Normal	21	65.6
Tidak Normal	11	34.4
Total	**32**	**100.0**

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa hasil bahwa kategori status gizi normal pada ibu hamil sebanyak 21 orang (65.6%), sedangkan untuk kategori status gizi tidak normal sebanyak 11 orang (34.4%).

Tabel 4 distribusi frekuensi dukungan keluarga pada ibu hamil di puskesmas bara permai

Dukungan keluarga	Frekuesi (f)	Persentase (%)
Mendukung	12	37.5
Tidak mendukung	20	62.5
Total	32	100

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa pada kategori yang mendapat dukungan sebanyak 12 orang (37.5%), dan kategori yang tidak mendapat dukungan sebanyak 20 orang (65.2%).

2. Analisis Bivariat

Tabel 5 Hubungan status gizi ibu hamil dengan kejadian anemia di Puskesmas Bara Permai

Status Gizi Ibu Hamil	Kejadian KEK				Total		p value
	KEK		Tidak KEK				
	F	%	f	%	f	%	
Normal	9	28.1	12	37.5	21	65.6	
Tidak Normal	10	31.3	1	3.1	11	34.4	0,011
Total	**19**	59.4	**13**	40,6	32	100	

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan Hasil uji statistic *chi-square* menunjukan bahwa nilai p = 0,011 < α = 0,05 yang berarti menandakan bahwa Ho ditolak dan Ha diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan status gizi ibu hamil dengan kejadian anemia di Puskesmas Bara Permai Kota Palopo tahun 2025.

Tabel 6 Hubungan dukungan keluarga dengan kejadian anemia di Puskesmas Bara Permai

Dukungan keluarga	Kejadian KEK				Total		Nilai P
	KEK		Tidak KEK				
	n	%	N	%	N	%	
Mendukung	1	3.1	11	34.4	12	37.5	0.000
Tidak Mendukung	18	56.3	2	6.3	20	62.5	
Total	**19**	**59.4**	**13**	**40.6**	**32**	**100.0**	

Berdasarkan tabel 6 diketahui bahwa hasil uji statistic menunjukan bahwa nilai p = 0,000 < α = 0,05 yang berarti menandakan bahwa Ho ditolak dan Ha diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan dukungan keluarga dengan kejadian anemia di Puskesmas Bara Permai Kota Palopo tahun 2025.

Pembahasan

1. Hubungan status gizi ibu hamil dengan kejadian anemia.

Berdasarkan hasil analisis yang ditampilkan pada Tabel 5, diperoleh bahwa dari 32 responden, sebanyak 21 orang (65,6%) ibu hamil memiliki status gizi normal, sementara 11 orang (34,4%) memiliki status gizi tidak normal. Dari kelompok ibu hamil dengan status gizi normal, sebanyak 9 orang (28,1%) mengalami anemia dan 12 orang (37,5%) tidak mengalami anemia. Sedangkan pada ibu hamil dengan status gizi tidak normal, 10 orang (31,3%) mengalami anemia dan hanya 1 orang (3,1%) yang tidak anemia.

Hasil uji *chi square* di dapatkan nilai p= 0,011 dapat di aritkan p < α Ho ditolak dan Ha diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan status gizi ibu hamil dengan kejadian anemia di Puskesmas Bara Permai Kota Palopo Tahun 2025.

Teori yang di kemukakan oleh Bria & Nur Rohmah, (2023) menyatakan bahwa ibu hamil dengan status gizi kurang akan berisiko mengalami anemia 6,5 kali dibandingkan dengan ibu yang tidak mengalami anemia.

Dari hasil survei pada saat wawancara langsung pengisian lembar ceklis, di dapatkan ibu yang memiliki status gizi normal tetapi tetap mengalami anemia di sebabkan karena, pola konsumsi makananan untuk penyerapan zat bezi belum optimal, sebagian ibu hamil di lapangan mengkonsumsi zat besi seperti tablet tambah darah bersamaan dengan kopi atau teh. Sementara itu, teori menjelaskan bahwa pola makan sangat penting bagi wanita hamil. Meskipun Ibu yang memiliki status gizi baik secara antropometrik, pola makannya belum tentu mendukung penyerapan zat besi secara optimal. Diketahui bahwa meminum teh atau kopi setelah makan dapat mengganggu penyerapan zat besi (Novianti, 2024).

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori yang mengatakan bahwa kebiasaan mengonsumsi teh dapat menjadi salah satu penyebab anemia. Hal ini disebabkan oleh kandungan tanin dalam teh yang dapat terikat dengan zat besi di dalam tubuh. Jika teh dikonsumsi secara berlebihan, maka hal ini dapat menyebabkan kadar hemoglobin menurun (Noor Naini Choiriyah et al., 2024).

Teori ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Akbarini et al., (2024), yang mengatakan bahwa, anemia defisiensi besi selama kehamilan paling sering disebabkan oleh kurangnya asupan nutrisi. Faktor penentu untuk kurangnya nutrisi termasuk tidak cukupnya konsumsi makanan bergizi atau masalah dalam penyerapan, seperti saat mengonsumsi zat besi bersamaan dengan kopi dan teh.

Diperkuat dengan hasil penelitian Efiana et al., (2023), yang mengatakan bahwa, makanan yang memiliki faktor penghambat penyerapan zat besi, seperti kopi dan teh, dapat menyebabkan anemia. Teh adalah jenis minuman yang banyak dikonsumsi oleh orang-orang di seluruh dunia.

Didapatkan juga ibu hamil yang memiliki status gizi normal tetapi tetap mengalami anemia, disebabkan karena ibu hamil tersebut sering lupa untuk mengkonsumsi tablet tambah darah. Sementara itu, teori yang berkembang mengatakan bahwa, kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) merupakan elemen penting. Studi mengindikasikan bahwa ibu hamil yang tidak secara teratur mengambil TTD memiliki risiko yang lebih tinggi untuk menderita anemia dibandingkan ibu yang rutin mengonsumsinya (Putri et al., 2023).

Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Sain & Soepraoen, (2024), yang mengatakan, kepatuhan dalam penggunaan tablet Fe menunjukkan seberapa baik ibu hamil mengikuti saran dari tenaga kesehatan untuk mengkonsumsi tablet Fe (zat besi). Ibu hamil yang mengikuti anjuran ini dapat dinilai dari jumlah tablet yang dikonsumsi dengan benar dan cara yang tepat dalam menggunakan tablet zat besi. Anemia adalah kondisi yang ditandai dengan berkurangnya kadar hemoglobin.

Didapatkan juga ibu hamil yang memiliki status gizi normal tetapi tetap mengalami anemia, disebabkan karena pengetahuan mereka tentang gizi masih kurang karena sebagian ibu hamil yang di dapatkan di lapangan memiliki pendidikan yang masih kurang. Sedangkan menurut teori mengatakan bahwa, Pengetahuan adalah salah satu hal yang dapat mempengaruhi bagaimana seseorang berperilaku terkait kesehatan, ketika seorang wanita hamil memiliki informasi dan pemahaman mengenai bahaya anemia serta cara untuk mencegahnya, maka dia cenderung akan memiliki perilaku yang sehat. Dengan demikian,

diharapkan dia bisa terhindar dari berbagai penyakit atau risiko anemia selama kehamilan (Riduansyah, 2024).

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Dewi & Arini, (2025) Pengetahuan adalah informasi atau hasil yang diperoleh individu melalui aktivitas atau proses, sehingga individu tersebut menjadi paham. Pendidikan gizi adalah salah satu metode yang bisa digunakan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman mengenai gizi yang diharapkan dapat diterapkan dalam sikap dan tindakan sehari-hari.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Aisyah Safina, (2022) mengindikasikan adanya hubungan antara status gizi dan kejadian anemia. Dengan kata lain, ibu hamil yang memiliki masalah gizi memiliki risiko 0,1 kali lebih tinggi untuk mengalami anemia dibandingkan dengan ibu hamil yang memiliki gizi yang baik. Kondisi gizi ibu hamil sangat berpengaruh terhadap pertumbuhan janin. Jika gizi kurang, ibu bisa mengalami anemia. Ini akan mengganggu pasokan darah yang membawa oksigen dan nutrisi ke janin, sehingga pertumbuhan dan perkembangan janin dapat terganggu.

Oleh karena itu, peneliti berasumsi bahwa status gizi sangat berpengaruh terhadap kejadian anemia pada ibu hamil, dimana kejadian anemia disebabkan karena pola konsumsi zat bezi belum optimal, diakrenakan masih banyak ibu hamil yang mengkonsumsi zat besi bersamaan kopi atau teh, faktor lain juga disebabkan oleh pengetahuan tentang gizi masih kurang, serta faktor yang mempengaruhi anemia pada ibu hamil yaitu, kepatuhan ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet tambah darah.

2. Hubungan dukungan keluarha dengan kejadian anemia

Berdasarkan data pada Tabel 4, dari total 32 responden, terdapat 12 orang (37,5%) ibu hamil yang mendapat dukungan keluarga dan 20 orang (62,5%) yang tidak mendapat dukungan. Dari kelompok yang mendapat dukungan, hanya 1 orang (3,1%) mengalami anemia dan 11 orang (34,4%) tidak mengalami anemia. Sebaliknya, pada kelompok tanpa dukungan keluarga, sebanyak 18 orang (56,3%) mengalami anemia dan hanya 2 orang (6,3%) yang tidak anemia.

Hasil uji *chi square* di dapatkan nilai P = 0,000 dapat di aritkan $p < \alpha$ Ho ditolak dan Ha diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan dukungan keluarga dengan kejadian anemia di Puskesmas Bara Permai Kota Palopo Tahun 2025.

Dari hasil survei pada saat wawancara langsung pengisian kuesioner, bahwa kenyataan yang terjadi dilapangan didapatkan ada ibu yang walaupun tidak mendapat dukungan dari keluarga tetapi tidak mengalami anemia. Hal ini disebabkan oleh ibu tersebut mendapat dukungan dari tenaga medis atau bidan. Hal ini juga sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa bidan merupakan tenaga kesehatan yang memiliki kedekatan khusus dengan ibu hamil sejak awal kehamilan hingga proses persalinan. Oleh karena itu, bidan perlu memperkuat perannya dalam memberikan edukasi dan penyuluhan mengenai pencegahan anemia Munawaroh & PN Situmorang,(2021).

Berdasarkan teori yang di ungkapkan oleh Warti Ningsih et al., (2024). Dukungan dari tenaga medis adalah perilaku profesional yang diharapkan sesuai dengan peran mereka, di mana petugas kesehatan memegang peran krusial dalam memastikan kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet zat besi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nur Indah Nasution & Indri Putri Nikanti, (2024). Dukungan dari petugas kesehatan profesional dapat memengaruhi tingkat kepatuhan seseorang. Pelayanan yang berkualitas dari petugas akan mendorong munculnya perilaku yang positif.

Penelitian ini didukung juga oleh penelitian Irma Agustina et al., (2023), Semakin optimal dukungan yang diberikan, semakin tinggi pula tingkat kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet Fe. Petugas kesehatan memiliki pengaruh besar terhadap perilaku ketidakpatuhan ibu, sehingga penyampaian informasi dan komunikasi yang efektif dari petugas menjadi salah satu upaya penting untuk meningkatkan kepatuhan ibu dalam konsumsi tablet Fe.

Sementara itu ada juga ibu hamil yang meskipun mendapat dukungan dari keluarga tetapi tetap mengalami anemia. Hal ini di sebabkan oleh, Asupan gizi yang tidak adekuat karena ada beberapa dilapangan ibu hamil yang masih menganut budaya pantangan makanan. Sementara itu teori juga mengatakan bahwa, Budaya dapat memberikan dampak positif maupun negatif dalam kehidupan masyarakat, terutama dalam menghadapi masalah kesehatan. Masyarakat masih sangat memegang kuat adat makan makanan pantangan. Beberapa responden menghindari konsumsi makanan tertentu seperti udang, ikan, serta sayuran. Padahal, makanan yang dihindari tersebut merupakan sumber nutrisi penting, termasuk zat besi Oktrina Gustanela & Hadi Pratomo, (2021).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Purwiningsih & Purnama, (2023), yang mengatakan Pembatasan jenis makanan yang dikonsumsi oleh ibu hamil dapat berdampak pada pengurangan asupan gizi, terutama jika terjadi penurunan konsumsi

makanan dan tidak ada makanan pengganti yang memadai. Semakin banyak makanan yang dipantang maka semakin kecil peluang untuk mengonsumsi makanan yang beragam.

Diperkuat oleh penelitian Satriani et al., (2025). Yang mengatakan ada hubungan antara budaya dengan kejadian anemia pada ibu hamil, Semakin banyak jenis makanan pantangan yang dihindari oleh ibu hamil, semakin tinggi pula risiko terjadinya anemia selama kehamilan.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian R. Dewi et al., (2024), yang mengatakan bahwa dukungan keluarga merupakan bentuk bantuan yang diberikan oleh keluarga kepada ibu dalam upaya pencegahan anemia. Dukungan ini meliputi perhatian, dukungan emosional, informasi, nasihat, motivasi, serta pemahaman yang diperlukan untuk mencegah anemia, termasuk juga mendorong kepatuhan ibu dalam mengonsumsi tablet Fe.

Oleh karena itu, peneliti berasumsi bahwa dukungan keluarga sangat berpengaruh terhadap kejadian anemia pada ibu hamil, dimana kejadian anemia disebabkan karena kurangnya dukungan dari keluraga faktor lain juga disebabkan oleh, ibu hamil di lapangan masih menganut budaya pantang makanan, seperti makanan yang mengandung zat bezi, ibu hamil membutuhkan lebih banyak nutrisi untuk dirinya dan perkembangan janin dalam kandungannya.

Kesimpulan

1. Terdapat hubungan antara status gizi ibu hamil dengan kejadian anemia di Puskesmas Bara Permai Kota Palopo Tahun 2025.
2. Terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan kejadian anemia di Puskesmas Bara Permai Kota Palopo Tahun 2025.

Saran

1. Bagi praktisi

   Disarankan untuk meliputi di tempat penelitian dan tenaga kesehatan di tempat peneliti disarankan meningkatkan edukasi dan konseling kepada keluarga, terutama suami, tentang pentingnya peran mereka dalam menjaga kesehatan ibu hamil, termasuk dalam pengawasan konsumsi tablet tambah darah dan asupan makanan. Bagi peneliti selanjutnya memperluas wilayah penelitian dan memasukan variabel tambahan mengenai program kelas ibu hamil berbasis keluarga dengan kejadian anemia, agar dapat menghasilkan hasil yang lebih bermakna dari penelitian ini.
2. Bagi institusi pendidikan

   Disarankan agar meningkatkan kurikulum kebidanan, gizi, dan kesehatan masyarakat dengan memasukkan materi hubungan antara dukungan sosial dan outcome kehamilan.
3. Bagi teoritis

   Disarankan mengembangkan teori kesehatan maternal berbasis sosial-ekologis, dengan menambahkan peran dukungan sosial keluarga sebagai determinan langsung terhadap status kesehatan ibu hamil, serta mengintegrasikan teori dukungan sosial (House) dengan model gizi ibu hamil, sehingga pendekatan promotif tidak hanya menekankan pada aspek biologis tetapi juga sosial-emosional.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada semua pihak yang berpartisipasi dalam penelitian ini, besar harapan peneliti agar penelitian ini dapat bermanfaat bagi masyarakat serta peneliti selanjutnya

Referensi

Akbarini, O. F., Pramuwidya, A., & Lamana, A. (2024). Pengaruh Food Taboo, Konsumsi Tablet Fe Dan Kafein Teh Terhadap Nilai Kadar Haemoglobin Pada Ibu Hamil. *Media Ilmiah Kesehatan Indonesia*, *2*(1), 19–26. https://doi.org/10.58184/miki.v2i1.208

ASTUTIK, R. Y. (2018). *ANEMIA DALAM KEHAMILAN*. CV. PUSTAKA ABADI.

Bria, G. E., & Nur Rohmah, F. (2023). Hubungan Status Gizi Dan Usia Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil. *KOSALA : Jurnal Ilmu Kesehatan*, *11*(1), 23–29. https://doi.org/10.37831/kjik.v11i1.259

Dartiwen, N. Y. (2019). *ASUHAN KEBIDANAN PADA KEHAMILAN* (Aditya (ed.)). ANDI (Anggota IKAPI.

Dewi, N. F., & Arini, F. A. (2025). *Nabila Alifia Putri[1], Fakhrina Fathurrizky[2], Nadia Fahira Dewi 3 , Firlia Ayu Arini 4 [123] 4*. *2*(2), 147–154

Efiana, Feti wulandari, R., & Susiloningtyas, L. (2023). Pengaruh Cara Meminum Tablet Fe Terhadap Penyerapan Zat Besi Pada Ibu Hamil. *Jurnal Ilmiah Pamenang*, *5*(1), 8–16. https://doi.org/10.53599/jip.v5i1.129

Fitria, A. (2024). *GIZI IBU HAMIL*. PT Nassya expanding management.

Herien, Y. (2024). Evidence-Based Nursing Tentang Anemia Pada Ibu Hamil. *CV. Eureka Media Aksara*, 1–109.

Idyawati, S., Afrida, B. R., Aryani, N. P., Jannati, S. H., & Kebidanan, P. (2024). *LATAR BELAKANG Anemia ibu hamil merupakan suatu kondisi kadar hemoglobin didalam darah ibu hamil kurang dari 11gr %. Kondisi anemia pada ibu hamil jika tidak ditangani akan menyebabkan suatu komplikasi baik yang terjadi pada ibu selama kehamilan , persali*. *4*(2), 152–157.

Noor Naini Choiriyah, Desi Soraya, & Kristina Maharani. (2024). Hubungan Minum Teh Terhadap Kejadian Anemia pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Ngaliyan Semarang. *Calory Journal : Medical Laboratory Journal*, *2*(3), 25–39. https://doi.org/10.57213/caloryjournal.v2i3.351

Novianti, S. (2024). Faktor-Faktor Perilaku yang Mempengaruhi Konsumsi Tablet Fe dan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Puskesmas Karanganyar Kota Tasikmalaya. *Jurnal Kesehatan Dan Kebidanan Nusantara*, *2*(1), 1–5. https://doi.org/10.69688/jkn.v2i1.79

Nurrofifah Luthfi Amjad, Taufik Eko Susilo, & Amalia Faradila Rahim. (2024). Edukasi Anemia Pada Kehamilan di Komunitas Ibu Hamil Puskesmas Gajahan Surakarta. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan Indonesia*, *4*(1), 126–129. https://doi.org/10.55606/jikki.v4i1.296.

Pierre, kwando s. (2023). *manograf dukungan keluarga*.

PUTRI, P., PURNAMA EKA SARI, W. I., & ANDINI, I. F. (2023). Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Terhadap Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil. *Journal Of Midwifery*, *11*(2), 280–288. https://doi.org/10.37676/jm.v11i2.5115

Riduansyah, A. I. (2024). *Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Tentang Gizi dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil di Puskesmas Umbulharjo 1 Yogyakarta*. *10*(1), 47–54. http://cfids-cab.org/cfs-

Rosyada, Y. A., Faizin, C., & Noviasari, N. A. (2023). Hubungan Dukungan Keluarga dan Kebutuhan Spiritual dengan Kualitas Hidup Pasien Lansia. *Muhammadiyah Journal of Geriatric*, *4*(1), 73. https://doi.org/10.24853/mujg.4.1.73-80

Sain, T., & Soepraoen, R. S. (2024). *Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil Trimester III di RS Bhayangkara Banjarmasin Pemerintah saat ini telah melakukan berbagai upaya untuk menurunkan anemia yaitu dengan upaya program perbaikan gizi keluarga yang terd*. *2*.

Ummah, M. S. (2019). No Title. *Sustainability (Switzerland)*, *11*(1), 1–14.

Winarsih. (2023). *Pengantar Ilmu Gizi Dalam Kebidanan*. PUSTAKA BARU PRESS.