

**HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG NUTRISI SELAMA
KEHAMILAN DENGAN KEJADIAN ANEMIA
PADA KEHAMILAN TRIMESTER I
(Studi di Polindes Desa Tembelang Kabupaten Jombang)**

Harnanik Nawangsari
STIKES Insan Cendekia Medika Jombang

ABSTRAK

Pendahuluan: Wanita hamil seharusnya tidak kekurangan atau kelebihan dalam memenuhi makanan yang dimakan, tapi pastinya pasti mengandung banyak nutrisi dan mengandung cukup vitamin dan mineral yang sangat dibutuhkan tubuh wanita hamil. Karena wanita hamil memang membutuhkan lebih banyak nutrisi daripada biasanya karena ibu hamil perlu makan tidak hanya untuk dirinya sendiri tapi juga untuk kebutuhan janin di rahim. **Tujuan Penelitian:** Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan antara pengetahuan tentang nutrisi ibu hamil selama kehamilan dengan kejadian anemia pada kehamilan dalam tiga bulan pertama di Polindes Kabupaten Tembelang Kabupaten Jombang. **Metode Penelitian:** Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian analitik. Populasi adalah semua ibu hamil di Polindes Kabupaten Tembelang Kabupaten Jombang. Sampling dengan menggunakan consecutive sampling. Variabel bebas adalah tingkat pengetahuan tentang gizi ibu hamil dan variabel dependen ibu hamil adalah kejadian anemia pada kehamilan tiga bulan pertama. Penelitian dilakukan di Polindes Kabupaten Tembelang Kabupaten Jombang. Penelitian telah dilakukan di Polindes Kabupaten Tembelang Kabupaten Jombang pada bulan Juli 2015, data menunjukkan satu orang (9,1%) wanita hamil dengan anemia memiliki pengetahuan yang baik dan lima orang (83,3%) wanita hamil dengan pengetahuan memiliki hampir semua kekurangan anemia. **Hasil Penelitian:** Hasil analisis data menggunakan uji Wicoxon count ditemukan bahwa $\alpha = 0,003 < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. **Kesimpulan:** Ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang Nutrisi Selama Kehamilan. Kehamilan dengan Anemia pada kehamilan tiga bulan pertama di Polindes Kabupaten Tembelang Kabupaten Jombang Juli 2015. **Saran:** Petugas disarankan memberikan konseling khusus kepada ibu hamil dengan anemia dan meningkatkan frekuensi konseling dan pemantauan konsumsi makanan seimbang termasuk konsumsi tablet yang ditambahkan. Untuk memantau darah dari segi pemantauan bidan bisa bekerja sama dengan keluarga atau pasangan untuk menemani dan memotivasi penambahan tablet darah.

Kata Kunci: Anemia, Pengetahuan, Nutrisi, Kehamilan tiga bulan pertama

**THE RELATIONSHIP BETWEEN KNOWLEDGE ABOUT NITRISI PREGNANT
WOMEN DURING PREGNANCY WITH THE INCIDENCE OF ANEMIA IN
PREGNANCY IN THE FIRST THREE MONTHS
(Polindes Tembelang Village District Jombang Regency)**

ABSTRACT

Background: Pregnant women should not lack nor excess in meeting the food eaten, but which must surely contain many nutrients and contain enough vitamins and minerals that are much needed in the body of pregnant women. Because pregnant women are in need of more nutrients than usual because pregnant women need to eat not only for himself but also for the needs of the fetus in the womb. **Objective:** The purpose of this study was to analyze the relationship between knowledge about nitrissi pregnant women during pregnancy with the

*incidence of anemia in pregnancy in the first three months at Polindes Tembelang Village District Jombang Regency. **Method:** The study design used in this study were analytical research. Population is all pregnant women in the at Polindes Tembelang Village District Jombang Regency. Sampling by using consecutive sampling. Independent variable is the level of knowledge about the nutrition of pregnant women and pregnant women dependent variable was the incidence of anemia in pregnancy the first three months. The research was conducted at Polindes Tembelang Village District Jombang Regency. Research has been conducted at Polindes Tembelang Village District Jombang Regency on July 2015, data showed one person (9.1%) pregnant women with anemia had a good knowledge and five men (83.3%) pregnant women with the knowledge have anemia almost entirely lacking. **Result:** Results of analysis of data using a test Wicoxon count was found that $\alpha = 0.003 < 0.05$ then H_0 refused and H_1 accepted. **Conclusion:** There is a significant association between knowledge about Nutrition During Pregnancy. Pregnancy with Anaemia in pregnancy the first three months at Polindes Tembelang Village District Jombang Regency July 2015. **Suggestion:** Officers are advised to give special counseling to pregnant women with anemia and increase the frequency of counseling and monitoring the consumption of balanced diet includes the consumption of tablets added to monitor the blood. In terms of monitoring the midwife can work with the family or spouse to accompany and motivate blood tablet added.*

Keywords: Anemia, Knowledge, Nutrition, Pregnancy the first three months

PENDAHULUAN

Visi pembangunan gizi adalah mewujudkan keluarga mandiri sadar gizi untuk mencapai status gizi keluarga yang optimal. Ibu hamil hendaknya tidak kekurangan dan tidak juga kelebihan dalam memenuhi makanan yang di makan, namun yang pasti haruslah banyak mengandung gizi dan cukup mengandung vitamin dan mineral yang banyak yang diperlukan di dalam tubuh ibu hamil. Sebab ibu hamil sangat memerlukan zat makanan yang lebih banyak dari biasanya karena ibu hamil makan bukan saja untuk kebutuhan dirinya melainkan juga untuk kebutuhan janinnya yang berada dalam kandungan (Solihah, 2007). Kebutuhan nutrisi ibu hamil meningkat dibandingkan sebelum hamil meliputi protein 12 gram/hari, asam folat 100%, kalsium 1200 mg/hari dan zat besi 200-300%, 300 kalori/hari (Prawirohardjo, 2005). Selama kehamilan terjadi peningkatan kebutuhan zat-zat makanan untuk mendukung perubahan fisiologis selama hamil, apabila ibu hamil kekurangan satu macam atau lebih nutrisi yang diperlukan untuk pembentukan darah (misalnya: zat besi, asam folat, vitamin B12) dapat

mengakibatkan anemia pada kehamilannya (Manuaba. 2007)

Prawirohardjo (2005), menyatakan bahwa frekuensi anemia dalam kehamilan di dunia cukup tinggi berkisar antara 10% dan 20%. Menurut WHO kejadian anemia ibu hamil berkisar antara 20% sampai 89% dengan menetapkan Hb 11 gr% sebagai dasarnya. Angka anemia kehamilan di Indonesia menunjukkan nilai yang cukup tinggi. Hou Swie Tjiong menemukan angka anemia kehamilan 3,8% pada trimester I, 13,6% trimester II dan 24,8% pada trimester III (Manuaba, 2009). Prevalensi anemia di Propinsi Jawa timur sebanyak 225766 orang (63%) dari seluruh sasaran ibu hamil sebanyak 358.360 orang (Media Post Indonesia, 2012). Di Kabupaten Sampang cakupan ibu hamil dengan anemia sebanyak 9.064 orang (43%) dari jumlah sasaran ibu hamil 21.080 orang (LB3 Gizi, dinkes Sampang, 2011). Studi pendahuluan di Polindes Desa Tembelang Kabupaten Jombang, bulan Juni 2015 dilakukan pemeriksaan *Haemoglobine* pada 12 ibu hamil trimester I diperoleh data 5 orang (41,67%) mengalami anemia (Hb < 11gr%), dan 7 orang (58, 33%) tidak mengalami anemia (Hb > 11 gr%). Dari 5 orang yang

mengalami anemia seluruhnya mengatakan tidak mengetahui kebutuhan zat gizi pada ibu hamil.

Makanan yang seimbang kuantitas maupun kualitasnya adalah makanan yang mencakup semua zat gizi yang dibutuhkan (karbohidrat, lemak, protein, vitamin dan mineral, serta air) dalam jumlah kalori yang sesuai dengan kebutuhan Ibu selama kehamilan. Pada kehamilan trimester pertama Ibu masih menyesuaikan diri dengan kehamilannya. Apabila pada masa trimester pertama ini Ibu hamil mengalami kekurangan zat gizi tertentu, bukan tak mungkin akan menyebabkan gagalnya pembentukan otak dan organ-organ penting lainnya pada janin, yang bisa menyebabkan cacat bawaan (Manuaba, 2007)

Untuk dapat memenuhi nutrisi yang cukup dan seimbang disarankan pada ibu hamil trimester I yang mengalami mualmuntah mengkonsumsi makanan porsi kecil tetapi sering, menghindari makanan berlemak dan merangsang (Depkes RI, 2011). Dukungan psikologi suami dan keluarga dapat membantu mengurangi rasa mual muntah sehingga ibu hamil dapat mengkonsumsi makanan dengan gizi seimbang. Minum obat anti mual bila diperlukan dan minum susu anti mual untuk tetap bisa memperoleh nutrisi sesuai kebutuhan ibu hamil trimester I. Upaya mencegah terjadinya anemia pada ibu hamil trimester I adalah sejak masa reproduksi pra konsepsi ibu dianjurkan mengkonsumsi zat besi dengan minum tablet tambah darah (Fe) (Budi, 2007).

Tujuan penelitian ini adalah menganalisis hubungan pengetahuan ibu hamil tentang nutrisi selama kehamilan dengan kejadian anemia pada kehamilan Trimester I di Polindes Desa Tembelang Kabupaten Jombang.

BAHAN DAN METODE PENELITIAN

Desain, Tempat, dan Waktu

Penelitian ini menggunakan *Cross sectional* yang dilakukan pada bulan Juni – Agustus 2015 di Polindes Desa Tembelang Kabupaten Jombang.

Jumlah dan Cara Pengambilan Subjek

Pada penelitian ini populasinya adalah Semua ibu hamil di Polindes Desa Tembelang Kabupaten Jombang.

Dengan sampelnya adalah sebagian ibu hamil di Polindes Desa Tembelang Kabupaten Jombang

Defisini Operasional

Definisi operasional adalah menjelaskan semua variable dan istilah yang akan dipergunakan dalam penelitian secara operasional, sehingga mempermudah pembaca atau penguji dalam mengartikan makna penelitian (Hidayat, 2008).

Tabel.1 Definisi operasional tingkat pengetahuan ibu hamil tentang nutrisi ibu hamil dengan kejadian anemia pada kehamilan trimester I

Variabel	Definisi Operasional	Parameter	Alat Ukur	Skala	HASIL PENELITIAN																											
					Skor	Data	Umum																									
Independen : Tingkat Pengetahuan ibu hamil tentang kebutuhan gizi selama masa kehamilan	Segala sesuatu yang diketahui ibu hamil tentang kebutuhan gizi selama masa kehamilan	1. Pengertian 2. Kebutuhan nutrisi 3. Konsumsi nutrisi 4. Komposisi nutrisi	Kuesioner	Ordinal	Baik : 1. 76-100% Tabel 2 Distribusi frekuensi Ibu Hamil Berdasarkan Umur di Polindes Desa Tempelang Kabupaten Jombang bulan Juli tahun 2015	<table border="1"> <thead> <tr> <th>No</th> <th>Umur Ibu</th> <th>Frekuensi</th> <th>Prosentase</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1.</td> <td>< 20 tahun</td> <td>2</td> <td>8,3</td> </tr> <tr> <td>2.</td> <td>20 – 35 tahun</td> <td>18</td> <td>75,0</td> </tr> <tr> <td>3.</td> <td>> 35 Tahun</td> <td>4</td> <td>16,7</td> </tr> <tr> <td></td> <td>Jumlah</td> <td>24</td> <td>100</td> </tr> </tbody> </table>			No	Umur Ibu	Frekuensi	Prosentase	1.	< 20 tahun	2	8,3	2.	20 – 35 tahun	18	75,0	3.	> 35 Tahun	4	16,7		Jumlah	24	100				
No	Umur Ibu	Frekuensi	Prosentase																													
1.	< 20 tahun	2	8,3																													
2.	20 – 35 tahun	18	75,0																													
3.	> 35 Tahun	4	16,7																													
	Jumlah	24	100																													
Dependen : Kejadian Anemia pada kehamilan trimester I	Suatu keadaan penurunan Kadar Hb < 10,5 gr% pada kehamilan tiga bulan pertama	5. Dampak kekurangan gizi Kadar Hb < 11 gr%	Observasi	Nominal	2008) Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa Umur Ibu Hamil di Polindes Desa Tempelang Kabupaten Jombang bulan Juli tahun 2015 sebagian besar berumur antara 20 – 35 tahun yaitu sebanyak 18 orang (75%) dan sebagian kecil berumur < 20 tahun yaitu sebanyak 2 orang (8,3%). 11 gr% Tidak berdasar Pendidikan Anemia	<table border="1"> <thead> <tr> <th>No</th> <th>Pendidikan</th> <th>Frekuensi</th> <th>Prosentase</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1.</td> <td>SD</td> <td>3</td> <td>12,5</td> </tr> <tr> <td>2.</td> <td>SMP</td> <td>2</td> <td>12,5</td> </tr> <tr> <td>3.</td> <td>SMA</td> <td>17</td> <td>70,8</td> </tr> <tr> <td>4.</td> <td>PT</td> <td>1</td> <td>4,2</td> </tr> <tr> <td></td> <td>Jumlah</td> <td>24</td> <td>100</td> </tr> </tbody> </table>			No	Pendidikan	Frekuensi	Prosentase	1.	SD	3	12,5	2.	SMP	2	12,5	3.	SMA	17	70,8	4.	PT	1	4,2		Jumlah	24	100
No	Pendidikan	Frekuensi	Prosentase																													
1.	SD	3	12,5																													
2.	SMP	2	12,5																													
3.	SMA	17	70,8																													
4.	PT	1	4,2																													
	Jumlah	24	100																													

Pengolahan dan Analisis Data

Pengolahan data meliputi kegiatan : editing, coding, scoring, tabulating. Hasil pengolahan data dalam bentuk prosentase, disajikan dengan menggunakan tabel, kemudian diinterpretasikan dengan menggunakan skala ukur kualitatif.

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa Pendidikan Ibu Hamil di Polindes Desa Tempelang Kabupaten Jombang bulan Juli tahun 2015 sebagian besar berpendidikan SMA yaitu sebanyak 17 orang (70,8%) dan sebagian kecil berpendidikan tinggi yaitu sebanyak 1 orang (4,2%).

3. Karakteristik Ibu Hamil berdasarkan Pekerjaan

Tabel 4 Distribusi frekuensi Ibu Hamil berdasarkan Pekerjaan di Polindes Desa Tembelang Kabupaten Jombang bulan Juli tahun 2015.

No	Pekerjaan Ibu	Frekuensi	Prosentase
1	Bekerja	7	29,2
2	Tidak Bekerja	17	70,8
	Jumlah	24	100

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa pekerjaan ibu hamil di Polindes Desa Tembelang Kabupaten Jombang bulan Juli tahun 2015 sebagian besar tidak bekerja yaitu sebanyak 17 orang (70,8%) dan sebagian kecil tidak bekerja yaitu sebanyak 7 orang (29,2%).

Data Khusus

1. Pengetahuan Ibu Hamil tentang Nutrisi Selama Kehamilan

Tabel 5. Distribusi frekuensi Pengetahuan Ibu Hamil tentang Nutrisi Selama Kehamilan di Polindes Desa Tembelang Kabupaten Jombang bulan Juli tahun 2015

No	Pengetahuan	Frekuensi	Prosentase
1	Baik	11	45,8
2	Cukup	7	29,2
3	Kurang	6	25,0
	Jumlah	24	100

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa Pengetahuan Ibu Hamil tentang Nutrisi Selama Kehamilan di Polindes Desa Tembelang Kabupaten Jombang bulan Juli tahun 2015 hampir setengahnya berpengetahuan baik yaitu sebanyak 11 orang (45,8%) dan sebagian kecil berpengetahuan kurang yaitu sebanyak 6 orang (25%).

2. Anemia Ibu Hamil Trimester I

Tabel 6 Distribusi frekuensi anemia ibu hamil trimester I di Polindes Desa Tembelang Kabupaten Jombang bulan Juli tahun 2015

No	Anemia ibu hamil trimester I	Frekuensi	Prosentase
1	Anemia	10	41,7
2	Tidak Anemia	14	58,3
	Jumlah	24	100

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan bahwa di Polindes Desa Tembelang Kabupaten Jombang bulan Juli tahun 2015 sebagian besar tidak anemia yaitu sebesar 14 responden (58,3%) dan hampir setengahnya mengalami anemia yaitu sebanyak 10 orang (41,7%).

3. Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil tentang Nutrisi Selama Kehamilan dengan Kejadian Anemia pada kehamilan Trimester I

Tabel 7 Tabel silang Pengetahuan Ibu Hamil tentang Nutrisi Selama Kehamilan dengan Kejadian Anemia pada kehamilan Trimester I di Polindes Desa Tembelang Kabupaten Jombang bulan Juli tahun 2015

No	Pengetahuan	Anemia		Jumlah (%)
		Anemia	Tidak Anemia	
1	Baik	1 (9,1%)	10 (90,9%)	11 (100%)
2	Cukup	4 (57,1%)	3 (42,9%)	7 (100%)
3	Kurang	5 (83,3%)	1 (16,7%)	6 (100%)
	Jumlah	10 (41,7%)	14 (58,3%)	24 (100%)

Berdasarkan tabel 7 menunjukkan bahwa di Polindes Desa Tembelang Kabupaten Jombang bulan Juli tahun 2015, ibu hamil dengan pengetahuan baik sebagian kecil mengalami anemia yaitu sebanyak 1 orang (9,1%) dan ibu hamil dengan pengetahuan kurang hampir seluruhnya mengalami anemia yaitu sebanyak 5 orang (83,3%).

Hasil analisa data menggunakan uji *Wicoxon* didapatkan bahwa α hitung = $0,003 < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima yang artinya ada hubungan yang bermakna antara Pengetahuan Ibu Hamil

tentang Nutrisi Selama Kehamilan dengan Kejadian Anemia pada kehamilan Trimester I di Polindes Desa Tembelang Kabupaten Jombang bulan Juli tahun 2015.

PEMBAHASAN

1. Pengetahuan Ibu Hamil tentang Nutrisi Selama Kehamilan

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa Pengetahuan Ibu Hamil tentang Nutrisi Selama Kehamilan di Polindes Desa Tembelang Kabupaten Jombang bulan Juli tahun 2015 hampir setengahnya berpengetahuan baik yaitu sebanyak 11 orang (45,8%).

Pengetahuan atau *kognitif* merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (*overt behavior*). Tahu di artikan sebagai mengingat suatu materi yang telah di pelajari sebelumnya. Termasuk ke dalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (*recall*) terhadap situasi yang sangat spesifik dari seluruh bahan yang di pelajari atau rangsangan yang telah di terima (Notoadmodjo, 2007).

Pengetahuan ibu hamil trimester I di Polindes Desa Tembelang Kabupaten Jombang bulan Juli tahun 2015 hampir setengahnya berpengetahuan baik, hal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya umur, pendidikan, dan pekerjaan. Sebagian besar ibu hamil berumur 20 – 35 tahun. Pada batas umur tertentu, seseorang mengalami suatu perkembangan dalam batas kematangan, dimana terjadi proses fisiologi yang menyebabkan beberapa perubahan tertentu, baik kualitatif maupun kuantitatif yang bersifat fisiologis maupun psikologis (kartono, 2006). Ketika seseorang telah mencapai usia dewasa, maka ia akan berusaha mencari tahu materi yang terkait dengan kebutuhan dirinya yang sedang dan akan dialami. Bagi mereka yang peduli akan kebutuhannya itu, ia akan sangat merespon informasi terkait yang sedang diterima, namun bila seseorang kurang

peduli terhadap kebutuhannya maka dalam menerima informasi hanya sekedarnya saja sehingga terbentuklah tingkat pengetahuan yang berbeda antara ibu hamil yang satu dengan yang lainnya.

Tingkat pendidikan dalam penelitian ini diperoleh data sebagian besar berpendidikan SMA, pendidikan dapat menuntun manusia untuk berbuat dan mengisi kehidupannya untuk mencapai keselamatan dan kebahagiaan, pendidikan diperlukan untuk mendapat informasi misalnya hal yang menunjang kesehatan sehingga meningkatkan kualitas hidup (Nursalam, 2008). ibu hamil yang berpendidikan cukup tinggi ini dapat menentukan pilihan terbaik untuk dirinya dan juga janin yang dikandungnya. Dalam menerima informasi ibu juga lebih dapat menelaah dan cepat menyerap materi yang disampaikan, kemampuan dalam mentafsirkan dan mendiskripsikan lebih baik disbanding dengan tingkat pendidikan dibawahnya.

Hasil penelitian diperoleh data, bahwa sebagian besar ibu hamil tidak bekerja. Menurut (Nursalam, 2008) yang mengutip Makum dan Erick menjelaskan bahwa pekerjaan umumnya merupakan hal yang penting dan cenderung menyita waktu serta memerlukan aktifitas sehingga ia akan merasa terganggu dengan penyakitnya. Pekerjaan juga mempengaruhi tingkat pengetahuan ibu hamil, dimana seorang ibu yang tidak bekerja lebih banyak memiliki waktu luang dan lebih banyak informasi diperoleh dari berbagai media. Setelah menyelesaikan pekerjaan rumahnya ibu dapat menikmati waktu luangnya dengan menonton TV, membaca tabloid, bercengkerama dengan tetangga atau teman, mengikuti kegiatan penyuluhan dan lain sebagainya, kegiatan yang dilakukan tersebut dapat menambah wawasan ibu hamil dalam meningkatkan pengetahuannya.

2. Kejadian Anemia pada ibu hamil trimester I

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan bahwa di Polindes Desa Tembelang Kabupaten Jombang bulan Juli tahun 2015 sebagian besar tidak anemia yaitu sebesar 14 responden (58,3%). Anemia adalah keadaan dimana jumlah sel darah merah atau jumlah hemoglobin (protein pembawa oksigen) dalam sel darah merah berada dibawah normal. Anemia adalah keadaan dimana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah kurang dari normal, di masyarakat di kenal dengan sebutan penyakit kurang darah. Anemia umumnya disebabkan karena perdarahan kronik, penyebab anemia defisiensi adalah Diet yang tidak mencukupi, Absorpsi yang menurun, dan Kebutuhan yang meningkat pada kehamilan, laktasi (Depkes RI, 2011). Anemia ibu hamil biasanya disebabkan karena defisiensi zat besi (Fe), oleh karena itu setiap ibu hamil wajib mengkonsumsi zat besi selama kehamilan minimal 90 tablet. Anemia umumnya disebabkan karena perdarahan kronik, penyebab anemia defisiensi adalah Diet yang tidak mencukupi, Absorpsi yang menurun, dan Kebutuhan yang meningkat pada kehamilan, laktasi (Depkes RI, 2011).

Dengan asupan nutrisi yang cukup yang telah ditunjukkan pada status gizi ibu hamil yang normal maka pada penelitian ini sangat rasional bila ibu hamil sebagian besar tidak mengalami anemia, dimana anemia sangat erat hubungannya dengan kekurangan zat gizi yang terkandung dalam makanan sehari-hari, khususnya adalah kekurangan zat besi (Fe) dan asam folat. Proses penambahan plasma pada ibu hamil puncaknya terjadi pada kehamilan trimester II, namun apabila seorang ibu hamil trimester I tidak dapat memenuhi kebutuhan gizi dengan seimbang maka ibu akan mengalami anemia.

3. Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil tentang Nutrisi Selama Kehamilan dengan Kejadian Anemia ibu hamil trimester I

Berdasarkan tabel 7 menunjukkan bahwa di Polindes Desa Tembelang Kabupaten

Jombang bulan Juli tahun 2015, ibu hamil dengan pengetahuan baik sebagian kecil mengalami anemia yaitu sebanyak 1 orang (9,1%) dan ibu hamil dengan pengetahuan kurang hampir seluruhnya mengalami anemia yaitu sebanyak 5 orang (83,3%). Hasil analisa data menggunakan uji *Wicoxon* didapatkan bahwa α hitung = $0,003 < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima yang artinya ada hubungan yang bermakna antara Pengetahuan Ibu Hamil tentang Nutrisi Selama Kehamilan dengan Kejadian Anemia pada kehamilan Trimester I di Polindes Desa Tembelang Kabupaten Jombang bulan Juli tahun 2015.

Dalam memperoleh kebenaran pengetahuan manusia telah menggunakan jalan pikiran, baik melalui induksi maupun deduksi. Cara memperoleh pengetahuan salah satunya dengan cara kekuasaan atau otoriter. Sumber pengetahuan cara ini dapat berupa pemimpin masyarakat baik formal maupun informal, ahli agama, pemegang pemerintahan. Prinsip ini adalah orang lain menerima pendapat yang dikemukakan oleh orang yang punya otoriter, tanpa terlebih dahulu membuktikan kebenarannya, baik berdasarkan fakta empiris maupun berdasarkan masa lalu (Notoatmodjo (2007). Menurut Indriyani (2008), Penekanan kebutuhan nutrisi pada ibu hamil setiap trimester berbeda karena ada zat gizi yang harus didapatkan janin secara optimal pada usia tertentu, pada trimester I selain mengkonsumsi makanan bergizi seimbang, jangan abaikan kebutuhan tubuh akan protein, asam folat, seng, dan zat besi. Anemia juga dapat disebabkan kekurangan asam folat. Penggunaan asam folat dapat terganggu pada kekurangan protein dan pada keadaan dimana kebutuhan meningkat. Kebutuhan asam folat meningkat pada ibu hamil, ibu menyusui, anemia hemolitik dan leukimia (Almatsier, 2005).

Tradisi dan mitos selama kehamilan masih banyak dianut oleh orang tua dan nenek moyang kita, salah satunya adalah berbagai pantang terhadap makanan tertentu selama kehamilan, padahal sebagian besar

makan yang dipantang mengandung oprotein tinggi dan mineral yang dibutuhkan selama kehamilan. Mitos dan tradisi ini diadopsi oleh sebagian ibu hamil menjadi sebuah pengetahuan yang nantinya juga akan diajarkan pada keturunannya. Pada sisi kesehatan ibu hamil, mereka dituntut memenuhi kebutuhan nutrisinya sesuai kebutuhan pada tiap trimester kehamilan, sehingga bagi ibu yang mengadopsi pengetahuan tentang nutrisi selama kehamilan sesuai dengan saran kesehatan maka ibu tidak mengalami anemia meskipun secara fisiologi ibu yang sedang hamil akan mengalami perubahan jumlah plasma yang menurunkan kadar haemoglobine, namun hal ini dapat dicegah dengan mengkonsumsi makanan cukup seimbang. Seorang ibu yang memiliki pengetahuan baik sebagian besar akan memiliki kesadaran memenuhi kebutuhannya dengan baik juga, namun bila pengetahuannya kurang akan salah dalam memenuhi kebutuhannya, sehingga kebutuhan nutrisi yang tidak terpenuhi dengan baik beresiko terjadi anemia pada saat kehamilan.

Meskipun secara umum sebagian besar ibu hamil trimester I tidak mengalami anemia, namun bidan haruslah tetap waspada dengan kejadian anemia pada ibu hamil, karena anemia gravidarum merupakan salah satu penyebab kematian ibu secara tidak langsung. Untuk memperbaiki keadaan status gizi ibu hamil adalah dengan meningkatkan kadar haemoglobine dan memantau selama kehamilannya. Hal ini dapat dilaksanakan dengan memberikan konseling khusus pada ibu hamil dengan anemia dan meningkatkan frekuensi penyuluhan dan pemantauan konsumsi makanan seimbang termasuk di dalamnya memantau konsumsi tablet tambah darah. Dalam segi pemantauan bidan dapat bekerja sama dengan keluarga atau suami mendampingi dan memotivasi minum tablet tambah darah.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan ibu hamil tentang nutrisi selama kehamilan dengan kejadian anemia pada kehamilan trimester I di Polindes Desa Desa Tembelang Kabupaten Jombang

Saran

Petugas disarankan memberikan konseling khusus kepada ibu hamil dengan anemia dan meningkatkan frekuensi konseling dan pemantauan konsumsi makanan seimbang termasuk konsumsi tablet yang ditambahkan. Untuk memantau darah dari segi pemantauan bidan bisa bekerja sama dengan keluarga atau pasangan untuk menemani dan memotivasi penambahan tablet darah.

KEPUSTAKAAN

- Arikunto., S. 2006, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Budi, 2007, *Anemia*, http://fkuii.org/tiki-download_wiki . akses 5 April 2011.
- Depkes RI, 2011, *Informasi dan Penanggulangan Anemia Penyakit Kurang Darah*. Jakarta : Depkes RI.
- Depkes RI, 2009, *Anemia Gizi dan Tablet Tambah darah*, Jakarta: Depkes RI.
- Departemen Gizi Masyarakat, 2005, *Parameter Penilaian Gizi*, Jakarta : Balai Pustaka.
- Indriyani, N.W, 2008, *Kiat Mengatasi Kehamilan*. Yogyakarta : Mumtaz Press.

- Milis-Nakita, <http://www.mail-archive.com/milis-nakita@news.gramedia-majalah.com/msg02708.html>. akses 5 April 2012.
- Paath, dan Frankin, E. 2004 , *Gizi Dalam Kesehatan Reproduksi*. Jakarta : EGC.
- Prawirohardjo, 2005, *Buku Acuan Pelayanan Kesehatan Maternal Dan Neonatal, Cetakan Ketiga*, Jakarta : JNPKKR-POGI.
- Saifudin, 2006, *Ilmu Kebidanan*. Jakarta : YBPP.
- Hidayat. A, 2008, *Metodologi Penelitian*, Jakarta : Salemba Medika
- Sugiyono, 2004, *Metode Penelitian Administrasi*. Bandung : CV, Alfabeta.
- Sholihah, L, 2007 , *Panduan Lengkap Hamil Sehat*. Yogyakarta : Diva Press
- Supariasa, 2001 , *Penelaian Status Gizi*. Jakarta : EGC
- Wirakusumah, E, 2006 , *Buah dan Sayur untuk Terapi*, Jakarta : Penebar Swadaya