

**HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG NUTRISI SELAMA  
KEHAMILAN DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA KEHAMILAN TRIMESTER  
I (STUDI DI DESA KABUH KEC. KABUH KAB. JOMBANG)**

**Maharnani Tri Puspitasari**  
STIKes Insan Cendekia Medika Jombang  
Email . [maharanitripus@gmail.com](mailto:maharanitripus@gmail.com)

**ABSTRAK**

**Pendahuluan** 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. **Tujuan** penelitian ini adalah untuk Menganalisis hubungan antara pengetahuan ibu hamil tentang nutrisi selama kehamilan dengan kejadian anemia pada kehamilan Trimester I di Desa Kabuh Kecamatan kabuh Kabupaten Jombang. **Desain** penelitian digunakan pada penelitian ini adalah penelitian analitik. Populasinya adalah Semua ibu hamil di Desa Kabuh Kecamatan Kabuh Kabupaten Jombang, pengambilan sampel dengan menggunakan cara *consecutive sampling*. Variabel independennya adalah tingkat pengetahuan ibu hamil tentang nutrisi ibu hamil dan variabel dependennya adalah kejadian anemia pada kehamilan trimester I. Penelitian ini dilakukan di Desa Kabuh Kecamatan Kabuh Kabupaten Jombang. **Hasil** penelitian yang telah dilakukan di Desa Kabuh Kecamatan Kabuh Kabupaten Jombang bulan Juli tahun 2013, diperoleh data 1 orang (9,1%) ibu hamil dengan pengetahuan baik mengalami anemia dan 5 orang (83,3%) ibu hamil dengan pengetahuan kurang hampir seluruhnya mengalami anemia. Hasil analisa data menggunakan uji *Wicoxon* didapatkan bahwa  $\alpha$  hitung = 0,003 < 0,05 maka H0 ditolak dan H1 diterima yang artinya ada hubungan yang bermakna antara Pengetahuan Ibu Hamil tentang Nutrisi Selama Kehamilan dengan Kejadian Anemia pada kehamilan Trimester I di Desa Kabuh Kecamatan Kabuh Kabupaten Jombang bulan Juli tahun 2013. **Saran** 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.

**Kata Kunci : Pengetahuan, Nutrisi, Ibu Hamil Trimester I, Anemia**

**RELATIONSHIP BETWEEN PREGNANCY MOTHER ABOUT NUTRITION DURING  
PREGNANCY WITH THE EVENT OF ANEMIA IN TRIMESTER I PREGNANCY  
(STUDY IN THE VILLAGE OF KABUH DISTRICT, KABUH KAB. JOMBANG)**

**ABSTRACT**

**Introduction** 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. **Purpose** of this study was to analyze the relationship between knowledge about nitrisi pregnant women during pregnancy with the incidence of anemia in pregnancy in the first three months at Kabuh Village District Kabuh Jombang Regency. **Research Design** used in this study were analytical research. Population is all

*pregnant women in the at Kabuh Village District Kabuh 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 Kabuh Village District Kabuh Jombang Regency. Research has been conducted at Kabuh Village District Kabuh Jombang Regency July 2013, 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. **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 which means there is a significant association between knowledge about Nutrition During Pregnancy. Pregnancy with Anaemia in pregnancy the first three months at Kabuh Village District Kabuh Jombang Regency July 2013. **Suggestion** 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:** *Knowledge, Nutrition, Pregnancy the first three months, Anemia*

## 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). Fenomena yang terjadi dimasyarakat, ibu

hamil mengkonsumsi makanan pokok sama seperti yang dikonsumsi sebelum hamil, bila terjadi mual dan muntah yang dikonsumsi sebelum hamil, bila terjadi mual dan muntah cenderung tidak makan bahkan mengkonsumsi makanan asam yang biasanya disebut dengan ngidam, namun banyak yang belum mengetahui bahwa kehamilan trimester I membutuhkan banyak nutrisi untuk pembentukan organ tubuh janin.

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 Jombang cakupan ibu hamil dengan anemia sebanyak 9.064 orang (43%) dari jumlah sasaran ibu hamil 21.080 orang (LB3 Gizi, dinkes Jombang, 2012). Studi pendahuluan di Desa Kabuh Kecamatan Kabuh Kabupaten Jombang, bulan Mei 2013 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.

Untuk dapat memenuhi nutrisi yang cukup dan seimbang disarankan pada ibu hamil trimester I yang mengalami mual muntah 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).

Rumusan masalah penelitian ini adalah Adakah hubungan pengetahuan ibu hamil tentang nutrisi selama kehamilan dengan kejadian anemia pada kehamilan Trimester I di Desa Kabuh Kecamatan Kabuh Kabupaten Jombang?

Tujuan umum adalah menganalisis hubungan pengetahuan ibu hamil tentang nutrisi selama kehamilan dengan kejadian anemia pada kehamilan Trimester I di Desa Kabuh Kecamatan Kabuh Kabupaten Jombang.

Tujuan khusus adalah mengidentifikasi pengetahuan ibu hamil tentang nutrisi selama kehamilan di Desa Kabuh Kecamatan Kabuh Kabupaten Jombang, mengidentifikasi kejadian anemia pada kehamilan Trimester I di Desa Kabuh Kecamatan Kabuh Kabupaten Jombang, menganalisis hubungan antara pengetahuan ibu hamil tentang nutrisi selama kehamilan dengan kejadian anemia pada kehamilan trimester I di Desa Kabuh Kecamatan Kabuh Kabupaten Jombang.

Manfaat dari penelitian ini bagi Institusi adalah hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan wacana bagi semua ibu hamil mengenai pemenuhan makanan bergizi selama hamil. Bagi lahan praktik, hasil penelitian ini diharapkan dapat di jadikan

evaluasi bagi bidan untuk lebih memperhatikan pemenuhan makanan bergizi pada ibu serta dapat memberikan sumbangan pada Bidan mengenai status gizi dengan kejadian anemia pada ibu hamil. Bagi mahasiswa, penelitian ini dapat meningkatkan ilmu pengetahuan, pemahaman, pengalaman dan wawasan serta melatih disiplin ilmu. Bagi responden, sebagai sarana meningkatkan pengetahuan dan memperbaiki status gizi dengan menerapkan pengetahuan tentang nutrisi ibu hamil trimester I.

## BAHAN DAN METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian analitik. Penelitian analitik adalah suatu studi untuk menemukan fakta dengan interpretasi yang tepat dan hasil penelitian diolah dengan menggunakan uji statistik. Sedangkan rancangan penelitian yang digunakan adalah *cross sectional*.

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Mei sampai bulan Agustus 2013 di Desa Kabuh Kecamatan Kabuh Kabupaten Jombang. Pada penelitian ini populasinya adalah Semua ibu hamil di Desa Kabuh Kecamatan Kabuh Kabupaten Jombang . Sampelnya adalah sebagian ibu hamil di Desa Kabuh Kecamatan Kabuh Kabupaten Jombang. Pengambilan sampel secara *consecutive sampling* yaitu cara pemilihan sampel dengan menetapkan subyek yang memenuhi kriteria penelitian dimasukkan dalam penelitian sampai kurun waktu tertentu, sehingga jumlah klien terpenuhi (Nursalam, 2008).

Variable bebas adalah variabel yang nilainya menentukan variabel lain (Hidayat, 2008). Pada penelitian ini variabel bebasnya adalah tingkat pengetahuan ibu hamil tentang nutrisi ibu hamil. Variabel tergantung adalah variabel yang nilainya ditentukan oleh variabel lain (Hidayat, 2008). Pada penelitian ini variabel tergantungnya adalah kejadian anemia pada kehamilan trimester I.

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

Variabel	Definisi Operasional	Parameter	Alat Ukur	Skala	Skor
Independen : Tingkat Pengetahuan ibu hamil tentang nutrisi ibu hamil	Segala sesuatu yang diketahui ibu hamil tentang kebutuhan gizi selama masa kehamilan	1. Pengetahuan 2. Kebutuhan nutrisi 3. Konsumsi nutrisi 4. Komposisi nutrisi 5. Dampak kekurangan gizi	Kuesioner	Ordinal	Baik : 76-100% Cukup : 56-75% Kurang : < 56% (Nursalam, 2008)
Dependen : Kejadian Anemia pada kehamilan trimester I	Suatu keadaan penurunan Kadar Hb < 10,5 gr% pada kehamilan tiga bulan pertama	Kadar Hb < 11 gr%	Observasi	Nominal	Anemia < 11 gr% Tidak Anemia ≥ 11 gr%

Pengumpulan data dilakukan dengan mengajukan surat permohonan izin penelitian kepada Kepala Desa Kabuh Kecamatan Kabuh Kabupaten Jombang, setelah mendapat izin, kemudian responden diberi penjelasan maksud dan tujuan dari penelitian ini. Bila bersedia menjadi responden selanjutnya responden menandatangani lembar persetujuan (*Informed Consent*).

Instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah kuesioner dan dokumentasi. Kuesioner yang digunakan adalah kuesioner tertutup sehingga responden hanya memilih jawaban yang tersedia pada kuesioner. Sedangkan untuk melihat kejadian anemia ibu hamil dilakukan pemeriksaan fisik dan haemoglobinnya.

**HASIL PENELITIAN**

**Data Umum**

Karakteristik Ibu Hamil Menurut Umur  
Tabel 5.1 Distribusi frekuensi Ibu Hamil berdasarkan Umur di Desa Kabuh Kecamatan Kabuh Kabupaten Jombang bulan Juli tahun 2013

No	Umur Ibu	Frekuensi	%
1.	< 20 tahun	2	8,3
2.	20 – 35 tahun	18	75,0
3.	> 35 Tahun	4	16,7
	Jumlah	24	100

Sumber : data primer, 2013

Berdasarkan tabel 5.1 menunjukkan bahwa Umur Ibu Hamil di Desa Kabuh Kecamatan Kabuh Kabupaten Jombang bulan Juli tahun 2013 sebagian besar berumur antara 20 – 35 tahun yaitu sebanyak 18 orang (75%) dan sebagian kecil berumur < 20 tahun yaitu sebanyak 2 orang (8,3%).

**Karakteristik Ibu Hamil berdasarkan Pendidikan**

Tabel 5.2 Distribusi frekuensi Ibu Hamil berdasarkan Pendidikan di Desa Kabuh Kecamatan Kabuh Kabupaten Jombang bulan Juli tahun 2013

No	Pendidikan	Frekuensi	%
1.	SD	3	12,5
2.	SMP	2	12,5
3.	SMA	17	70,8
4.	PT	1	4,2
	Jumlah	24	100

Sumber : data primer, 2013

Berdasarkan tabel 5.2 menunjukkan bahwa Pendidikan Ibu Hamil di Desa Kabuh Kecamatan Kabuh Kabupaten Jombang bulan Juli tahun 2013 sebagian besar berpendidikan SMA yaitu sebanyak 17 orang (70,8%) dan sebagian kecil

berpendidikan tinggi yaitu sebanyak 1 orang (4,2%).

**Karakteristik Ibu Hamil berdasarkan Pekerjaan**

Tabel 5.3 Distribusi frekuensi Ibu Hamil berdasarkan Pekerjaan di Desa Kabuh Kecamatan Kabuh Kabupaten Jombang bulan Juli tahun 2013.

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

Sumber : data primer, 2013

Berdasarkan tabel 5.3 menunjukkan bahwa pekerjaan ibu hamil di Desa Kabuh Kecamatan Kabuh Kabupaten Jombang bulan Juli tahun 2013 sebagian besar tidak bekerja yaitu sebanyak 17 orang (70,8%) dan sebagian kecil tidak bekerja yaitu sebanyak 7 orang (29,2%).

**Data Khusus**

**Pengetahuan Ibu Hamil tentang Nutrisi Selama Kehamilan**

Tabel 5.4 Distribusi frekuensi Pengetahuan Ibu Hamil tentang Nutrisi Selama Kehamilan di Desa Kabuh Kecamatan Kabuh Kabupaten Jombang bulan Juli tahun 2013

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

Sumber : data primer, 2013

Berdasarkan tabel 5.4 menunjukkan bahwa Pengetahuan Ibu Hamil tentang Nutrisi Selama Kehamilan di Desa Kabuh Kecamatan Kabuh Kabupaten Jombang bulan Juli tahun 2013 hampir setengahnya berpengetahuan baik yaitu sebanyak 11 orang (45,8%) dan sebagian kecil berpengetahuan kurang yaitu sebanyak 6 orang (25%).

**Anemia Ibu Hamil Trimester I**

Tabel 5.5 Distribusi frekuensi anemia ibu hamil trimester I di Desa Kabuh Kecamatan Kabuh Kabupaten Jombang bulan Juli tahun 2013.

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

Sumber : data primer, 2013

Berdasarkan tabel 5.5 menunjukkan bahwa di Desa Kabuh Kecamatan Kabuh Kabupaten Jombang bulan Juli tahun 2013 sebagian besar tidak anemia yaitu sebesar 14 responden (58,3%) dan hampir setengahnya mengalami anemia yaitu sebanyak 10 orang (41,7%).

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

Tabel 5.6 Tabel silang Pengetahuan Ibu Hamil tentang Nutrisi Selama Kehamilan dengan Kejadian Anemia pada kehamilan Trimester I di Desa Kabuh Kecamatan Kabuh Kabupaten Jombang bulan Juli tahun 2013

Pengetahuan	Anemia		Jumlah (%)
	Anemia	Tidak Anemia	
Baik	1 (9,1%)	10 (90,9%)	11 (100%)
Cukup	4 (57,1%)	3 (42,9%)	7 (100%)
Kurang	5 (83,3%)	1 (16,7%)	6 (100%)
Jumlah	10 (41,7%)	14 (58,3%)	24 (100%)

Sumber : data primer, 2013

Berdasarkan tabel 5.6 menunjukkan bahwa di Desa Kabuh Kecamatan Kabuh Kabupaten Jombang bulan Juli tahun 2013, 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  $\alpha$  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 Desa Kabuh Kecamatan Kabuh Kabupaten Jombang bulan Juli tahun 2013.

## PEMBAHASAN

### Pengetahuan Ibu Hamil tentang Nutrisi Selama Kehamilan

Berdasarkan tabel 5.4 menunjukkan bahwa Pengetahuan Ibu Hamil tentang Nutrisi Selama Kehamilan di Desa Kabuh Kecamatan Kabuh Kabupaten Jombang bulan Juli tahun 2013 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 Desa Kabuh Kecamatan Kabuh Kabupaten Jombang bulan Juli tahun 2013 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 dibanding 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.

### **Kejadian Anemia pada ibu hamil trimester I**

Berdasarkan tabel 5.5 menunjukkan bahwa di Desa Kabuh Kecamatan Kabuh Kabupaten Jombang bulan Juli tahun 2013 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.

### **Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil tentang Nutrisi Selama Kehamilan dengan Kejadian Anemia ibu hamil trimester I**

Berdasarkan tabel 5.6 menunjukkan bahwa di Desa Kabuh Kecamatan Kabuh Kabupaten Jombang bulan Juli tahun 2013, 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  $\alpha$  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 Desa Kabuh Kecamatan Kabuh Kabupaten Jombang bulan Juli tahun 2013.

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 mitis 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.

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

Pengetahuan Ibu Hamil tentang Nutrisi Selama Kehamilan di Desa Kabuh Kecamatan Kabuh Kabupaten Jombang bulan Juli tahun 2013 hampir setengahnya berpengetahuan baik.

Ibu hamil trimester I di Desa Kabuh Kecamatan Kabuh Kabupaten Jombang bulan Juli tahun 2013 hampir setengahnya mengalami anemia.

Ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan ibu hamil tentang nutrisi selama kehamilan dengan kejadian anemia pada kehamilan trimester I di Desa Kabuh Kecamatan Kabuh Kabupaten Jombang.

### Saran

Bagi responden diharapkan ibu hamil dapat meningkatkan pengetahuan tentang nutrisi seimbang dan cara pemenuhan makanan bergizi selama hamil. Mengikuti kegiatan kesehatan terkait dan mengaplikasikan pengetahuan dalam bentuk yang sesuai dengan materi yang benar.

Bagi peneliti diharapkan dapat menerapkan teori penelitian yang telah diterima agar lebih mendalam dalam menyelesaikan penelitian mulai dari pencarian data, perumusan masalah hingga evaluasi.

Bagi profesi kebidanan diharapkan bidan meningkatkan kompetensi konseling dan meningkatkan jumlah penyuluhan, KIE dan motivasi tentang pemenuhan kebutuhan nutrisi selama kehamilan dan menyampaikan dampak anemia dalam kehamilan pada setiap ibu hamil, menggunakan sarana kelas ibu hamil dalam rangka memberikan pendidikan kesehatan pada ibu hamil.

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan penelitian ini dikembangkan pada penelitian tentang faktor-faktor lain yang mempengaruhi pengetahuan dan anemia selama kehamilan.

## KEPUSTAKAAN

Alimul, Aziz, 2008. *Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah*. Salemba Medika. Jakarta.

Alimul, Aziz, 2008, *Asuhan Neonatus, bayi dan Balita*, EGC, Jakarta.

Arikunto, S, 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Rineka Cipta. Jakarta.

Azwar, Saifuddin. 2003. *Sikap Manusia dan Teori Pengukurannya*. Pustaka Pelajar. Yogyakarta.

Drew, David. 2008, *Resusitasi Bayi Baru Lahir*, EGC, Jakarta.

Dinkes Mojokerto. 2008. *Data Kematian Neonatus*. From <http://www.dinkesjatim.id>.

Emy Kustini. 2007. From <http://www.tabloid-nakita.com>.

Notoatmodjo. 2003. *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta. Jakarta.

Notoatmodjo. 2005. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta. Jakarta.

Nursalam, 2008. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pedoman Skripsi, Tesis dan Instrumen Penelitian*. Salemba Medika, Jakarta.

Retnasih, dkk. 2008, *Bayi Baru Lahir Normal*, EGC, Jakarta.

Riati. D. 2007. *Ibu dan Anak*. Available from <http://www.dancow.com>.

Surasmi, dkk, 2003. *Perawatan Bayi Resiko Tinggi*, EGC, Jakarta.

Sitorus. 2008. *Pedoman Perawatan Kesehatan Anak*. Bandung : Yrama Widya