

BAB 5

PEMBAHASAN

Total sampel penelitian ini adalah 168 responden, sebagian besar ibu hamil pada umur reproduksi yang sehat yaitu 20 tahun sampai dengan 35 tahun, di wilayah Puskesmas Bakauheni sebanyak 72 ibu hamil sedangkan di wilayah Puskesmas Penengahan sebanyak 52 ibu hamil. Ibu hamil yang memiliki umur dibawah 19 tahun dan diatas 35 paling banyak berada di wilayah Puskesmas Penengahan sebanyak 12 ibu hamil dibawah 19 tahun dan sebanyak 20 ibu hamil yang usianya diatas 35 tahun. Menurut penelitian Khatimah, *et al* (2022) bahwa prevalensi terjadinya anemia lebih banyak pada umur di bawah 20 tahun dan di atas 35 tahun.³⁰ Hal ini disebabkan bila seorang wanita hamil di usia kurang dari 20 tahun, maka tubuh di umur tersebut masih membutuhkan asupan gizi yang optimal untuk tumbuh kembangnya sehingga apabila ibu tersebut hamil maka asupan gizi (terutama Fe) tidak akan dapat terpenuhi secara maksimal sehingga meningkatkan terjadinya anemia dalam kehamilan.³¹ Wanita yang hamil di umur diatas 35 tahun dapat menjadi kehamilan berisiko hal ini berkaitan dengan penurunan daya tahan tubuh sehingga rentan terjangkit penyakit di umur ini yang dapat berpengaruh kondisi fisik yang lemah, sehingga apabila wanita hamil di umur tersebut dapat berpengaruh pada ibu dan bayi.³²

Sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan tamatan Sekolah Menengah Atas (SMA) sebanyak 42 ibu hamil di wilayah Puskesmas Bakauheni dan sebanyak 39 ibu hamil di wilayah Puskesmas Penengahan. Rendahnya tingkat pendidikan dapat menyebabkan keterbatasan dalam literasi pemilihan asupan makanan kaya besi.³³ Menurut penelitian Prayitno *et al* (2019) bahwa pendidikan mempengaruhi status gizi seseorang.³⁴ Pendidikan seseorang penting dalam menangkap informasi yang telah diberikan dengan baik, informasi yang diterima ibu saat hamil mempengaruhi tentang bagaimana perilaku ibu dalam menjaga kesehatan. Ibu hamil yang memiliki sedikit pengetahuan mungkin tidak memiliki pola makan seimbang makronutrien, mikronutrien, dan makanan yang mengandung zat besi

karena ketidaktahuan mereka baik sebelum maupun selama kehamilan. Ibu hamil yang memiliki pengetahuan yang baik akan menjaga kehamilannya dengan cara mengkonsumsi asupan gizi yang baik untuk kehamilannya.

Sebagian besar pekerjaan ibu hamil merupakan Ibu Rumah Tangga (IRT), sebanyak 42 ibu hamil di wilayah Puskesmas Penengahan, 34 ibu hamil di wilayah Puskesmas Bakauheni. Hasil penelitian Tenribali, *et al* (2022) tidak ada hubungan antara status pekerjaan dengan kejadian anemia.³⁵ Menurut Rachmawati, *et al* (2017) seseorang yang memiliki aktivitas tinggi dan padat akan mengabaikan waktu untuk dirinya sendiri terutama masalah kesehatannya sehingga apa bila ibu hamil yang bekerja akan sulit untuk memiliki waktu memeriksakan kesehatannya dan jarang untuk berkonsultasi dengan tenaga kesehatan terkait perkembangan kesehatan ibu dan bayi.³⁶

Sebagian besar usia kehamilan responden berada pada usia trimester III sebanyak 45 ibu hamil di wilayah Puskesmas Bakauheni dan sebanyak 42 ibu hamil di wilayah Puskesmas Penengahan. Menurut penelitian Sjahriani, *et al* (2019) terdapat hubungan antara usia kehamilan dengan kejadian anemia, menunjukkan bahwa usia kehamilan trimester III lebih banyak menderita anemia dibandingkan trimester II³⁷. Pengenceran darah selama kehamilan akan mencapai secara maksimal pada usia 5 sampai 8 bulan.³⁸ Di antara berbagai faktor penyebab anemia, pola konsumsi merupakan faktor yang paling dominan yang dapat mempengaruhi anemia terutama anemia defisiensi zat besi. Ibu hamil yang mengkonsumsi sayur mayur, lauk pauk dan buah dalam jumlah yang kurang dapat berdampak pada tidak terpenuhinya berbagai kebutuhan asupan gizi selama kehamilan, seperti kurangnya asupan energi, vitamin, protein dan berbagai mineral terutama zat besi yang penting bagi ibu hamil.³⁹

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari sampel di wilayah Puskesmas Bakauheni dan Puskesmas Penengahan Kabupaten Lampung Selatan, paling banyak ibu hamil yang mengalami anemia berada di wilayah Puskesmas Penengahan sebanyak 43 ibu hamil, dibandingkan wilayah Puskesmas Bakauheni sebanyak 29 ibu

hamil sedangkan yang lainnya tidak mengalami anemia. Tingginya angka kejadian anemia ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor salah satunya adalah pola konsumsi.

Berdasarkan hasil total kuesioner jenis makan yang paling dominan berbeda adalah makanan laut atau *sea food* paling banyak dikonsumsi di wilayah Puskesmas Bakauheni dibandingkan di wilayah Puskesmas Penengahan sedangkan jenis makanan lainnya tidak berbeda jauh, untuk jenis minuman teh dan kopi paling banyak dikonsumsi ibu hamil di wilayah Puskesmas Penengahan. Sumber zat besi dalam makanan dapat berasal dari heme (lauk hewani) dan non heme (lauk nabati). Lauk hewani yang mengandung zat besi paling tinggi terdapat pada ikan dan daging, sedangkan kandungan zat besi di dalam kacang-kacangan sedang dan kandungan zat besi yang terdapat di dalam sayuran tergolong rendah. Penyerapan zat besi dapat dipengaruhi oleh berbagai kombinasi makanan tertentu, terutama teh yang dikonsumsi secara bersamaan dengan sumber makanan yang mengandung zat besi dapat menghambat penyerapan zat besi dalam tubuh dan dapat berdampak kejadian anemia. Oleh karena itu, ibu hamil perlu memperhatikan pola konsumsi yang baik terutama pemilihan makanan yang akan dikonsumsi selama kehamilan untuk mencegah terjadinya kekurangan nutrisi terutama anemia saat kehamilan.⁴⁰ Hasil penelitian Bivalorska, *et al* (2016) tentang peran kebiasaan makan terhadap status zat besi ibu hamil di Bulgaria Selatan menyatakan ibu hamil yang mengkonsumsi daging, ikan, kacang-kacangan dan sayuran secara teratur dapat mengoptimalkan status zat besi selama kehamilan dan dapat mencegah terjadinya anemia.⁴¹

Berdasarkan hasil penelitian, menunjukkan bahwa ibu hamil yang memiliki pola konsumsi baik di wilayah Puskesmas Bakauheni 36 ibu hamil, yang memiliki pola konsumsi cukup sebanyak 23 ibu hamil, sedangkan ibu hamil yang memiliki pola konsumsi kurang 25 ibu hamil. Pola konsumsi ibu hamil di wilayah Puskesmas Penengahan ibu hamil yang memiliki pola konsumsi baik 31 ibu hamil, yang memiliki pola konsumsi cukup sebanyak 23 ibu hamil sedangkan ibu hamil yang memiliki pola konsumsi kurang 30 ibu hamil. Setelah dilakukan uji *Chi-square* menunjukkan bahwa hasil penelitian ini terdapat hubungan yang signifikan antara

pola konsumsi ibu hamil dengan kejadian anemia di wilayah Puskesmas Bakauheni dan Puskesmas Penengahan.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan Daniella, *et al* (2021) tentang hubungan antara pola makan ibu hamil dengan anemia, dengan nilai *p-value* = 0,000.⁴² Hasil penelitian lain yang sejalan ialah penelitian oleh Mariana, *et al* (2018) tentang hubungan pola makan dengan kejadian anemia yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia pada ibu hamil, dari 30 responden 50% memiliki pola makan yang kurang sehat, sebanyak 26,7% mengalami anemia.⁴³ Anemia dapat terjadi karena beberapa alasan antara lain pola konsumsi yang kurang baik, ibu hamil yang memiliki pola konsumsi kurang baik dapat mempengaruhi kadar hemoglobin ibu selama kehamilan. Hal ini terjadi karena asupan gizi yang dikonsumsi tidak mencukupi kebutuhan ibu selama kehamilan khususnya zat besi yang sangat dibutuhkan selama kehamilan. Zat besi dapat diperoleh dari berbagai jenis makanan seperti ikan, daging merah, kacang - kacangan dan sayur mayur.³⁹