

**HUBUNGAN KETIDAKBERAGAMAN KONSUMSI PANGAN DAN
PANTANGAN MAKANAN DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA IBU
HAMIL DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SINORANG DAN TOILI I
KABUPATEN BANGGAI TAHUN 2023**



**ASNIDAR
K021201044**



**PROGRAM STUDI ILMU GIZI
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS HASANUDDIN
MAKASSAR
2024**

**HUBUNGAN KETIDAKBERAGAMAN KONSUMSI PANGAN DAN
PANTANGAN MAKANAN DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA IBU
HAMIL DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SINORANG DAN TOILI I
KABUPATEN BANGGAI TAHUN 2023**

**ASNIDAR
K021201044**



**PROGRAM STUDI ILMU GIZI
DEPARTEMEN ILMU GIZI
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS HASANUDDIN
MAKASSAR
2024**

**HUBUNGAN KETIDAKBERAGAMAN KONSUMSI PANGAN DAN
PANTANGAN MAKANAN DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA IBU
HAMIL DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SINORANG DAN TOILI I
KABUPATEN BANGGAI TAHUN 2023**

ASNIDAR
K021201044

Skripsi

sebagai salah satu syarat untuk mencapai gelar sarjana

Program Studi Ilmu Gizi

pada

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI
DEPARTEMEN ILMU GIZI
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS HASANUDDIN
MAKASSAR
2024**

SKRIPSI

**HUBUNGAN KETIDAKBERAGAMAN KONSUMSI PANGAN DAN
PANTANGAN MAKANAN DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA IBU
HAMIL DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SINORANG DAN TOILI I
KABUPATEN BANGGAI TAHUN 2023**

ASNIDAR
K021201044

Skripsi,

telah dipertahankan di depan Panitia Ujian Sarjana pada 13 Agustus 2024
dan dinyatakan telah memenuhi syarat kelulusan

pada

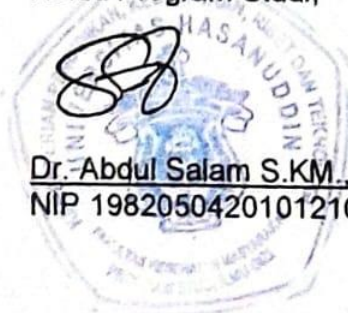
Program Studi S1 Ilmu Gizi
Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Hasanuddin
Makassar

Mengesahkan:
Pembimbing Tugas Akhir,



Dr. Healthy Hidayanty, S.KM., M.Kes
NIP 198104072008012013

Mengetahui:
Ketua Program Studi,



Dr. Abdul Salam S.KM., M.Kes.
NIP 198205042010121008

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI DAN PELIMPAHAN HAK CIPTA

Dengan ini saya menyatakan bahwa, skripsi berjudul "Hubungan Ketidakberagaman Konsumsi Pangan dan Pantangan Makanan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Sinorang dan Toili I Kabupaten Banggai Tahun 2023" adalah benar karya saya dengan arahan dari pembimbing Dr. Healthy Hidayanty, SKM., M.Kes dan Dr. dr. Burhanuddin Bahar, MS. Karya ilmiah ini belum diajukan dan tidak sedang diajukan dalam bentuk apa pun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka skripsi ini. Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa sebagian atau keseluruhan skripsi ini adalah karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut berdasarkan aturan yang berlaku.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta (hak ekonomis) dari karya tulis saya berupa skripsi ini kepada Universitas Hasanuddin.

Makassar, 15 Agustus 2024



Asnidar
K021201044

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT karena atas ridha dan hidayah-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Hubungan Ketidakberagaman Konsumsi Pangan dan Pantangan Makanan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Sinorang dan Toili I Tahun 2023”. Skripsi ini sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi pada Program Studi S1 Ilmu Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin. Saya menyampaikan terima kasih kepada :

1. Ibu Dr. Healthy Hidayanty, SKM., M.Kes selaku pembimbing akademik sekaligus pembimbing pertama dan Dr. dr. Burhanuddin Bahar, MS selaku pembimbing kedua yang telah memotivasi, mengarahkan, dan memberikan saran serta meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran dengan penuh kesabaran sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
2. Prof. dr. Veni Hadju, M.Sc., Ph.D selaku penguji pertama dan Prof. Dr. Aminuddin Syam, SKM., M.Kes., M.Med.Ed selaku penguji kedua atas saran-saran yang membangun dalam penyempurnaan penyelesaian skripsi ini.
3. Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin beserta jajarannya dan staf-staf yang telah membantu dalam proses perkuliahan hingga penyelesaian studi.
4. Kepala Puskesmas Sinorang dan Puskesmas Toili I yang telah memberikan izin dan menerima saya dengan baik selama proses penelitian.
5. Tim MBKM Riset Mandiri Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin yang telah mewadahi dan membantu selama proses penelitian berlangsung.
6. Ibunda tercinta yang tanpa henti memanjatkan doa untuk saya di sepertiga malamnya serta almarhum papa yang telah memperjuangkan pendidikan anaknya hingga nafas terakhirnya. Tak terluput untuk ketiga kakak-kakak saya yang selalu memberikan dukungan baik materil maupun moril.
7. Seluruh orang terdekat yang telah kebersamai selama proses perkuliahan dan penyusunan skripsi ini diantaranya Sutan, Andin, Handini, Dewi, Iqra, Dini, Nunu, Yesiska, Jeansy, Nada, Dila, Afiqah, Indah, Kiki, Abu, Rezky, Ulfa, Uun, dan Nabila.

Demikianlah ucapan terima kasih ini dibuat, mohon maaf bila terdapat kesalahan dan kekurangan dalam penulisan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat untuk khalayak umum.

Penulis

Asnidar

ABSTRAK

ASNIDAR. **Hubungan ketidakberagaman konsumsi pangan dan pantangan makanan dengan kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Sinorang dan Toili I Kabupaten Banggai Tahun 2023** (dibimbing oleh Healthy Hidayanty dan Burhanuddin Bahar).

Latar belakang. Anemia pada ibu hamil di Indonesia masih menjadi masalah kesehatan nasional yang hingga saat ini belum tertangani. **Tujuan.** Untuk mengetahui hubungan ketidakberagaman konsumsi pangan dan pantangan makanan dengan kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Sinorang dan Toili I tahun 2023. **Metode.** Jenis penelitian *cross-sectional* desain. Sampel penelitian ini sebanyak 61 ibu hamil trimester 1 dan 2. Teknik sampling yang digunakan adalah *total sampling*. Data yang digunakan adalah data primer dan sekunder dengan cara melakukan wawancara pada ibu hamil menggunakan kuesioner pada *kobotoolbox software* dan *recall* 24 jam serta telah melakukan pemeriksaan Hb. Uji analisis data menggunakan uji statistik *chi-square*. **Hasil.** Sebagian besar sampel berusia 20-35 tahun (91,8%), usia kehamilan trimester II (86,9%), riwayat pendidikan tamat SMA/MA/ sederajat (54,1%), bersuku Jawa (45,9%), beragama Islam (90,2%), memiliki pendapatan keluarga 1,1 – 2 juta (37,7%), dan memiliki riwayat paritas *primiparous* (50,8%). Hasil analisis *chi-square* menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara ketidakberagaman konsumsi pangan ($p = 0,036 < 0,05$) dan pantangan makanan ($p = 0,016 < 0,05$) dengan kejadian anemia pada ibu hamil. **Kesimpulan.** Ibu hamil dengan tingkat keberagaman konsumsi pangan yang kurang dan memiliki pantangan makanan lebih banyak menderita anemia, dibandingkan ibu hamil dengan tingkat konsumsi pangan beragam dan tidak memiliki pantangan makanan.

Kata kunci: ketidakberagaman, pantangan, pola konsumsi, anemia, ibu hamil

ABSTRACT

ASNIDAR. **The relationship between dietary diversity and food taboos with the incidence of anemia among pregnant women at the Sinorang and Toili I Community Health Center working areas of Banggai Regency in 2023** (supervised by Healthy Hidayanty and Burhanuddin Bahar).

Background. Anemia in pregnant women in Indonesia is still a national health problem that has not yet been addressed. **Objective.** To determine the relationship between dietary diversity and food taboos with the incidence of anemia among pregnant women at Sinorang and Toili I Health Center working areas in 2023. **Methods.** Type of research cross-sectional design. The sample of this study was 61 pregnant women in trimester 1 and 2. The sampling technique used was total sampling. The data used were primary and secondary data by conducting interviews with pregnant women using questionnaires on kobotoolbox software and 24-hour recall and had done Hb checks. Data analysis test using chi-square statistical test. **Results.** Most of the samples were 20-35 years old (91.8%), the gestational age was in the second trimester (86.9%), the educational history was high school / MA / equivalent (54.1%), Javanese (45.9%), Muslim (90.2%), had a family income of 1.1 - 2 million (37.7%), and had a history of primiparous parity (50.8%). The results of chi-square analysis showed that there was an association between dietary diversity ($p = 0.036 < 0.05$) and food taboos ($p = 0.016 < 0.05$) with the incidence of anemia in pregnant women. **Conclusion.** Pregnant women with a lack of food diversity and food taboos suffer more anemia than pregnant women with diverse dietary consumption and no food taboos.

Keywords: diversity, taboos, consumption patterns, anemia, pregnant women

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN PEGAJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iii
UCAPAN TERIMA KASIH	v
ABSTRAK.....	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1 Tinjauan Umum tentang Anemia Kehamilan.....	6
2.2 Tinjauan Umum tentang Hubungan Ketidakberagaman Konsumsi Pangan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil	14
2.3 Tinjauan Umum tentang Hubungan Pantangan Makanan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil	19
2.4 Kerangka Teori	23
BAB III KERANGKA KONSEP	24
3.1 Kerangka Konsep Penelitian	24
3.2 Definisi Operasional dan Kriteria Objektif.....	25
3.3 Hipotesis Penelitian	26
BAB IV METODE PENELITIAN	27
4.1 Jenis Penelitian	27
4.2 Lokasi dan Waktu Penelitian	27
4.3 Populasi.....	27
4.4 Sampel	27
4.5 Pengumpulan Data.....	28
4.6 Instrumen Penelitian.....	28
4.7 Pengolahan dan Analisis Data	29
4.8 Penyajian Data	30
4.9 Kode Etik	30
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN.....	31
5.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	31
5.2 Hasil Penelitian	32
5.3 Pembahasan.....	40
BAB VI KESIMPULAN.....	50
6.1 Kesimpulan	50
6.2 Saran	50
DAFTAR PUSTAKA	52
LAMPIRAN	60

DAFTAR TABEL

Nomor urut	Halaman
1. Tabel 2. 1 Tabel Sintesa Penelitian Variabel Anemia Kehamilan	12
2. Tabel 2.2 Tabel Sintesa Penelitian Variabel Ketidakberagaman Konsumsi Pangan.....	16
3. Tabel 2. 3 Tabel Sintesa Penelitian Variabel Pantangan Makanan	20
4. Tabel 5.1 Distribusi Karakteristik Umum Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Sinorang dan Toili I	32
5. Tabel 5.2 Distribusi Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Sinorang dan Toili I	33
6. Tabel 5.3 Distribusi Karakteristik Umum Responden dengan Kejadian Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Sinorang dan Toili I	33
7. Tabel 5.4 Distribusi Konsumsi Pangan Responden Berdasarkan Kelompok Pangan di Wilayah Kerja Puskesmas Sinorang dan Toili I.....	35
8. Tabel 5.5 Distribusi Kategori Skor <i>Minimum Dietary Diversity for Women</i> (MDD-W) Pada Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Sinorang dan Toili I	36
9. Tabel 5.6 Distribusi Ketidakberagaman Konsumsi Pangan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Sinorang dan Toili I.	37
10. Tabel 5.7 Distribusi Pantangan Makanan Pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Sinorang dan Toili I	37
11. Tabel 5.8 Distribusi Pantangan Makanan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Sinorang dan Toili I.....	37
12. Tabel 5.9 Distribusi Makanan yang dipantangkan Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Sinorang dan Toili I	38
13. Tabel 5.10 Hubungan Ketidakberagaman Konsumsi Pangan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Sinorang dan Toili I.....	38
14. Tabel 5. 11 Tabel Hubungan Status Ekonomi dengan Ketidakberagaman Konsumsi Pangan pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Sinorang dan Toili I.....	39
15. Tabel 5.12 Hubungan Pantangan Makanan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Sinorang dan Toili I.....	39

DAFTAR GAMBAR

Nomor urut	Halaman
1. Gambar 2. 1 Kerangka Teori	23
2. Gambar 3. 1 Kerangka Konsep	24

DAFTAR LAMPIRAN

Nomor urut	Halaman
1. Lampiran 1 Surat Etik Penelitian.....	60
2. Lampiran 2 Kuesioner Karakteristik Responden	62
3. Lampiran 3 Kuesioner <i>Minimum Dietary Diversity for Women by</i> FAO 2021	63
4. Lampiran 4 Kuesioner Pantangan Makanan	64
5. Lampiran 5 Formulir <i>Recall</i> 24 Jam	65
6. Lampiran 6 Dokumentasi Penelitian	66
7. Lampiran 7 Daftar Riwayat Hidup.....	67

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anemia atau biasanya dikenal dengan sebutan penyakit kurang darah, rentang dialami oleh ibu hamil. Anemia adalah kondisi konsentrasi hemoglobin lebih rendah dari nilai ambang batas normal (WHO, 2023). Hal tersebut disebabkan oleh produksi sel darah merah dan hemoglobin yang rendah, sehingga mengakibatkan meningkatnya kerusakan eritrosit atau kehilangan darah yang berlebihan (Citrakesumasari, 2012). Hemoglobin merupakan sebuah komponen darah yang berperan dalam meningkatkan oksigen dan menyebarkannya ke seluruh sel jaringan tubuh (Kemenkes, 2018).

Anemia sendiri adalah kondisi dimana ibu hamil memiliki kadar hemoglobin di bawah 11 gr/dL pada trimester I dan trimester III serta 10,5 gr/dL pada trimester II. Adapun penilaian hemoglobin pada ibu hamil, yaitu Hb 11 gr/dL dikategorikan tidak anemia, Hb 9-10,5 gr/dL dikategorikan anemia ringan, Hb 7-8 dikategorikan anemia sedang, dan Hb < 7 gr/dL dikategorikan anemia berat (Aureli dkk, 2022).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) tahun 2019, anemia dikelompokkan menjadi masalah global karena hingga kini angka prevalensi anemia masih tinggi. Prevalensi anemia pada wanita usia 15-49 tahun sebesar 29,9% atau 571 juta. Adapun anemia pada ibu hamil di dunia sebesar 36,5% atau 32 juta wanita hamil.

Prevalensi anemia di Asia Tenggara pada tahun 2019 yaitu sebesar 47,8% atau 10 juta 400 ribu ibu hamil yang merupakan prevalensi tertinggi di dunia (WHO, 2022). Indonesia merupakan salah satu negara berkembang bagian Asia Tenggara yang memiliki prevalensi anemia pada ibu hamil sebesar 48,9% atau 538 juta ibu hamil (Riskesmas, 2018). Kondisi ini memberikan gambaran bahwa terdapat peningkatan kejadian anemia yang signifikan pada ibu hamil di Indonesia bila dibandingkan dengan data Riskesmas tahun 2013 sebesar 37,1% dengan selisih 11,8% (Riskesmas, 2013). Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah pada Tahun 2022, data anemia sebesar 19,1%.

Kabupaten Banggai secara geografis merupakan daerah pesisir pantai dengan jumlah tangkapan ikan oleh nelayan sekitar 17 ribu ton (Palem, 2021). Besaran angka tangkapan ini seharusnya dapat memenuhi kebutuhan mikronutrien dari masyarakat Banggai khususnya zat besi. Berdasarkan Kemenkes (2023), terkait manfaat ikan laut menyatakan bahwa ikan laut memiliki kandungan mineral berupa zat besi yang berperan untuk mencegah defisiensi sel darah merah, sehingga terhindar dari anemia terutama pada ibu hamil. Akan tetapi, data Dinas Kesehatan

Provinsi Sulawesi Tengah pada Tahun 2022, menunjukkan bahwa ibu hamil dengan komplikasi kebidanan yang mengalami anemia terdapat sebanyak 562 (7,56%) ibu hamil di Kabupaten Banggai.

Secara khusus di wilayah Puskesmas Sinorang pada tahun 2020 tidak terdapat ibu hamil dengan komplikasi. Pada tahun 2021, terdapat peningkatan ibu hamil yang mengalami komplikasi menjadi 7 ibu hamil di Puskesmas Sinorang. Pada tahun 2022, kembali terjadi peningkatan menjadi 44 ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Sinorang. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan kejadian komplikasi kebidanan setiap tahunnya (Dinas Kesehatan Sulawesi Tengah, 2023; Dinas Kesehatan Kab. Banggai 2021; Dinas Kesehatan Kab. Banggai 2022; Dinas Kesehatan Kab. Banggai 2023).

Pada wilayah kerja Puskesmas Toili 1 tahun 2020, terdapat 44 ibu hamil yang mengalami komplikasi kebidanan. Pada tahun 2021, terjadi peningkatan komplikasi kebidanan pada ibu hamil menjadi 85 ibu hamil. Pada tahun 2022, terjadi penurunan namun tidak signifikan, hal ini ditandai dengan data komplikasi kebidanan yang menunjukkan angka sebesar 83 ibu hamil (Dinas Kesehatan Kab. Banggai 2021; Dinas Kesehatan Kab. Banggai 2022; Dinas Kesehatan Kab. Banggai 2023).

Penyakit yang termasuk dalam komplikasi kebidanan yakni kekurangan energi kronis, anemia, pendarahan, tuberkulosis, malaria, infeksi lainnya, preklampsia/eklampsia, diabetes melitus, jantung, dan covid-19 (Dinas Kesehatan Sulawesi Tengah 2023). Komplikasi kebidanan dipengaruhi oleh status reproduksi ibu hamil yang umumnya disebut dengan istilah 4T (terlalu muda, terlalu tua, terlalu dekat, terlalu sering). Di antara komplikasi-komplikasi tersebut, anemia adalah salah satu komplikasi yang sering terjadi selama kehamilan (Fatmawati, 2021).

Anemia sering ditemukan pada ibu hamil karena terjadinya perubahan fisiologis dan kebutuhan zat-zat makanan pada masa kehamilan mengalami peningkatan. Pengenceran darah dan penambahan plasma darah tidak sebanding menyebabkan terjadinya penambahan volume darah pada ibu hamil. Pengenceran darah ini berperan dalam membantu kinerja jantung. Peningkatan yang terjadi selama masa kehamilan yaitu volume plasma darah 30%, sel darah 18%, dan hemoglobin 19% (Handayani dkk, 2021).

Anemia dapat berdampak serius pada ibu hamil dan janin. Anemia selama kehamilan dapat mengakibatkan terjadinya pendarahan *antepartum*, gangguan pertumbuhan janin dalam rahim, berat badan bayi lahir rendah, dan bahkan dapat mengakibatkan kematian. Sehingga hal ini harus dicegah sedini mungkin untuk menghindari kemungkinan-kemungkinan yang tidak diinginkan (Priyanti dkk, 2020).

Anemia pada ibu hamil selama persalinan dapat berdampak pada pendarahan karena gangguan his baik primer ataupun sekunder, partus

lama atau kasep, syok, dan power ibu saat persalinan lemah. Adapun dampak anemia pada ibu nifas yaitu dapat berakibat terjadi *sub involutio uteri*, sehingga menyebabkan pendarahan *post partum*. Pengeluaran ASI pada ibu nifas juga berisiko berkurang, hingga terjadinya dekompensasi kordis (Priyanti dkk, 2020).

Ibu hamil yang mengalami anemia juga dapat memberikan dampak pada janin. Dampak yang ditimbulkan pada janin dapat berupa *abortus*, berat badan lahir rendah, dan cacat bawaan. Bila ibu hamil mengalami anemia, bayi akan mudah mengalami infeksi hingga kematian prenatal (Priyanti dkk, 2020).

Keragaman konsumsi pangan adalah salah satu indikator penentu kualitas makanan untuk memenuhi kecukupan zat gizi selama kehamilan (Aini dan Zahariah, 2022). Ibu hamil dengan keragaman yang rendah lebih berisiko mengalami anemia dibandingkan dengan ibu hamil yang mengkonsumsi beragam jenis pangan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan di Ghana, bahwa responden dengan keragaman konsumsi pangan rendah berpeluang mengalami anemia dibandingkan dengan responden yang konsumsi pangan tinggi (Ayensu *et al*, 2020).

Penelitian yang dilakukan Desylbelew dan Dadi tahun 2019 juga menyatakan bahwa ibu hamil dengan keragaman konsumsi pangan yang rendah merupakan salah satu indikator gizi buruk. Hal ini diperjelas oleh penelitian yang dilakukan oleh Mayimbo *et al*, (2020) bahwa keragaman konsumsi pangan berkaitan erat dengan indikasi asupan gizi yang inadkuat. Penelitian yang dilakukan oleh Delil *et al*, (2018) juga menyatakan bahwa keragaman konsumsi pangan berhubungan signifikan dengan kejadian anemia.

Di setiap daerah di Indonesia memiliki berbagai macam keragaman konsumsi pangan dan pantangan khususnya pada ibu hamil. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Gheetah *et al*, (2023) diketahui bahwa anemia pada ibu hamil dapat disebabkan oleh keragaman konsumsi pangan dan pantangan makanan. Keragaman konsumsi pangan dianggap penting sebab dapat memenuhi kebutuhan gizi terutama mikronutrien ibu hamil. Akan tetapi, terdapat budaya ataupun kepercayaan terhadap beberapa bahan makanan yang dapat mempengaruhi pemilihan jenis makanan yang akan dikonsumsi selama masa kehamilan (Suchdev dkk, 2015).

Makanan yang dipantang cenderung memberikan dampak negatif karena pembatasan makanan ekstensif lebih cenderung dapat membahayakan ibu dan bayinya. Ibu hamil pun akan rentan mengalami malnutrisi atau defisiensi *micronutrient* terutama vitamin A, asam folat, yodium, kalsium, seng, dan zat besi yang merupakan zat gizi penting selama kehamilan (Suchdev dkk, 2015). Hal ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Teshome *et al*, (2020) yang menyatakan bahwa

keragaman konsumsi pangan dan pantangan makanan meningkatkan 3,9 kali risiko anemia pada ibu hamil yang membatasi makanan selama kehamilan.

Pantangan makan lazim ditemukan di negara berkembang terutama pada ibu hamil. Hal ini disebabkan oleh setiap daerah memiliki pola makan ibu hamil yang disertai kepercayaan dan kebudayaan masyarakat setempat. Pantangan makanan berisiko menyebabkan ibu hamil mengalami masalah gizi seperti anemia dan kekurangan energi kronis (KEK) (Mauludiyah, 2021). Pernyataan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Aini dan Zahariah, (2022) menyatakan bahwa pantangan makanan memiliki hubungan signifikan terhadap keragaman konsumsi pangan. Semakin positif koefisien beta ibu hamil terhadap pantangan makanan, maka semakin tidak beragam pula makanan yang dikonsumsi ibu hamil.

Penelitian lain yang dilakukan di Tajikistan oleh Menamara dan Wood pada tahun 2019 juga menyatakan bahwa pantangan makanan dan kepercayaan kesehatan memiliki hubungan terhadap kekurangan gizi dan keragaman konsumsi pangan. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Abere dan Azene pada tahun 2023 bahwa keragaman konsumsi pangan selama kehamilan berhubungan signifikan dengan praktik pantangan makanan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Kristya dkk, (2021) menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara pantangan makanan dengan gangguan kesehatan. Ibu hamil dengan pantangan makanan lebih berisiko mengalami gangguan kesehatan khususnya kekurangan energi kronis, hipertensi, dan anemia. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Sukowo bahwa terdapat hubungan antara *food taboo* dengan kejadian anemia pada ibu hamil trimester II. Ibu hamil yang memiliki pantangan makanan lebih berisiko 4,5 kali mengalami anemia dibandingkan ibu hamil yang tidak memiliki pantangan makanan (Imaliyah dkk, 2023).

Berdasarkan uraian sebelumnya, maka penelitian ini dibuat dengan tujuan untuk mengetahui tentang hubungan keragaman konsumsi pangan dan pantangan makanan dengan kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Sinorang dan Toili 1 Kabupaten Banggai Tahun 2023.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah bagaimana hubungan ketidakberagaman konsumsi pangan dan pantangan makanan dengan kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Sinorang dan Toili I Kabupaten Banggai tahun 2023.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan ketidakberagaman konsumsi pangan dan pantangan makanan dengan kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Sinorang dan Toili I Kabupaten Banggai Tahun 2023.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Untuk menggambarkan kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Sinorang dan Toili I Kabupaten Banggai Tahun 2023.
- b. Untuk menggambarkan ketidakberagaman konsumsi pangan dengan kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Sinorang dan Toili I Kabupaten Banggai Tahun 2023.
- c. Untuk menggambarkan pantangan makanan dengan anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Sinorang dan Toili I Kabupaten Banggai Tahun 2023.
- d. Untuk mengetahui hubungan ketidakberagaman konsumsi pangan dengan kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Sinorang dan Toili I Kabupaten Banggai Tahun 2023.
- e. Untuk mengetahui hubungan pantangan makanan dengan anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Sinorang dan Toili I Kabupaten Banggai Tahun 2023.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat ilmiah

Penelitian ini berguna untuk menambah wawasan dan pengembangan ilmu pengetahuan di bidang gizi khususnya yang berkaitan dengan hubungan ketidakberagaman konsumsi pangan dan pantangan makanan dengan anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Sinorang dan Toili I Kabupaten Banggai Tahun 2023.

1.4.2 Manfaat praktis

Penelitian ini bermanfaat sebagai sumber informasi mengenai hubungan ketidakberagaman konsumsi pangan dan pantangan makanan dengan anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Sinorang dan Puskesmas Toili I Kabupaten Banggai Tahun 2023.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Tinjauan Umum tentang Anemia Kehamilan

A. Definisi Anemia Kehamilan

Anemia adalah kondisi jumlah sel darah merah atau konsentrasi hemoglobin di bawah batas normal (WHO, 2023). Anemia juga didefinisikan sebagai kondisi sel darah merah yang tidak mencukupi kebutuhan fisiologis tubuh. Kebutuhan fisiologis berbeda pada setiap tubuh seseorang yang dipengaruhi oleh jenis kelamin, tempat tinggal, perilaku merokok, dan tahapan kehamilan (Kemenkes, 2022).

Anemia sering dijumpai pada masa kehamilan. Hal ini disebabkan oleh kebutuhan zat gizi pada ibu hamil meningkat dan terjadinya perubahan dalam darah dan sum-sum tulang. Selama kehamilan, terjadi peningkatan volume plasma darah sebesar 30%, sel darah 18%, dan hemoglobin 19%. Kebutuhan ibu hamil akan terus meningkat seiring dengan masa kehamilan dan perubahan fisiologi yang terjadi (Harahap dkk, 2023). Apabila kebutuhan ibu hamil tidak terpenuhi, maka akan terjadi defisiensi. Anemia pada ibu hamil adalah keadaan ibu hamil dengan kadar hemoglobin di bawah 11 gr/dl. Anemia yang paling sering ditemukan selama masa kehamilan yaitu anemia defisiensi besi (Handayani dkk, 2021).

B. Faktor Risiko Anemia Kehamilan

Menurut Nurfalah dan Danefi, (2023) faktor risiko dari anemia dalam kehamilan sebagai berikut:

A. Status Ekonomi

Keadaan ekonomi yang rendah secara lazim dapat mempengaruhi masalah kesehatan dalam suatu keluarga. Hal ini disebabkan oleh status ekonomi yang rendah memungkinkan rendahnya daya beli keluarga terhadap makanan yang berkualitas sehingga kebutuhan gizi ibu hamil tidak dapat terpenuhi. Berdasarkan hal tersebut, disimpulkan bahwa ibu hamil dengan status ekonomi rendah lebih rentan mengalami anemia.

B. Pendidikan

Pendidikan ibu yang rendah berpengaruh terhadap perubahan sikap dan perilaku ibu hamil terhadap hidup sehat. Pendidikan yang rendah dapat menyebabkan anemia 2,4 kali pada ibu hamil dibandingkan dengan ibu hamil dengan pendidikan tinggi. Hal ini disebabkan oleh ibu hamil

kurang memahami akibat dari anemia, tidak mendapatkan akses informasi terkait anemia dan penanggulangannya, serta kurangnya pengetahuan terkait pemilihan makanan bergizi khususnya makanan tinggi zat besi. Berdasarkan hal tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa ibu hamil dengan pendidikan rendah lebih rentan mengalami anemia.

C. Kunjungan Antenatal Care (ANC)

ANC adalah pengawasan terkait tumbuh kembang janin dalam rahim sebelum persalinan. Apabila ibu hamil tidak melakukan ANC minimal 4 kali selama kehamilan, maka rentan terjadi kasus anemia defisiensi besi yang disertai dengan malnutrisi infestasi parasit. Hal inilah yang mendasari perlunya dilakukan pemeriksaan ANC selama masa kehamilan.

D. Umur Ibu

Umur ibu memiliki kaitan erat dengan organ reproduksi wanita. Umur reproduksi wanita yang sehat dan aman yaitu 20-35 tahun. Bila ibu hamil berusia <20 tahun dan >35 tahun, maka rentan mengalami anemia. Ibu hamil dengan umur <20 tahun memiliki biologis yang belum optimal, mental yang belum matang, dan emosinya yang sering berubah-ubah sehingga dapat menyebabkan ibu hamil mengalami keguncangan dan tidak memperhatikan asupan kebutuhan gizi. Adapun bila ibu hamil berusia >35 tahun, maka daya tahan tubuh mulai mengalami penurunan fungsi dan berbagai penyakit rentan dialami ibu hamil di usia ini.

E. Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah

Konsumsi tablet tambah darah berfungsi untuk memenuhi kebutuhan zat besi saat kehamilan guna mencegah risiko ibu hamil anemia. Jumlah tablet tambah darah yang perlu dikonsumsi ibu hamil yaitu minimal 90 tablet dengan dosis satu kali sehari selama kehamilan. Akan tetapi, tablet tambah darah memiliki efek samping pada sistem pencernaan seperti mual muntah, sehingga hal ini memerlukan perhatian khusus oleh tenaga kesehatan saat pelayanan kesehatan.

Ibu hamil yang tidak teratur mengonsumsi tablet tambah darah berisiko 2,471 mengalami anemia defisiensi zat besi. Ibu hamil yang mengonsumsi tablet tambah darah secara teratur hanya berisiko 1,102 kali mengalami anemia defisiensi zat besi. Oleh sebab itu, dapat disimpulkan bahwa kepatuhan konsumsi tablet tambah darah merupakan salah satu faktor risiko kejadian anemia pada ibu hamil.

F. Jarak Kehamilan

Kondisi ibu yang masih belum pulih atau dalam proses pemulihan pasca persalinan membutuhkan asupan gizi yang cukup, sehingga apabila jarak kehamilan terlalu berdekatan maka

optimalisasi pemenuhan gizi ibu dan janin akan terganggu. Jarak kehamilan yang disarankan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia adalah lebih dari tiga tahun.

G. Paritas

Apabila kehamilan terlalu sering pada wanita, maka dapat berisiko anemia. Hal ini disebabkan oleh wanita yang sering hamil akan menguras cadangan zat besi dalam tubuh. Bila jumlah anak yang dilahirkan wanita tinggi maka kebutuhan zat besi akan semakin tinggi sehingga sangat mempengaruhi kesehatan.

H. Status Gizi

Status gizi adalah kondisi tubuh akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat gizi. Pertumbuhan dan perkembangan janin sangat dipengaruhi oleh status gizi ibu hamil. Apabila status gizi ibu hamil buruk, maka akan mengganggu pertumbuhan otak janin hingga menyebabkan abortus.

I. Penyakit Infeksi

Anemia secara umum disebabkan oleh defisiensi zat besi. Akan tetapi, anemia juga dapat disebabkan oleh penyakit infeksi. Penyakit infeksi yang dapat menyebabkan anemia diantaranya infeksi cacing, malaria, dan tuberkulosis.

J. Komplikasi Anemia Pada Ibu dan Janin

Persalinan pada ibu hamil yang mengalami anemia selama kehamilan dapat menyebabkan komplikasi kehamilan seperti retensio plasenta dan atona uteri. Saat volume dalam darah bertambah, maka volume plasma relatif akan lebih besar dibandingkan volume sel darah merah dan massa hemoglobin. Ibu hamil anemia dan bersalin akan menyebabkan kontraksi serat-serat myometrium khususnya pada sekitar pembuluh darah yang mensuplai darah dari tempat perlekatan plasenta. Apabila myometrium tidak berkontraksi, maka akan menyebabkan terjadinya retensio plasenta. Hal ini disebabkan oleh anemia pada ibu hamil berkaitan dengan debilitas yang merupakan penyebab langsung retensio plasenta.

Anemia juga dapat mempengaruhi wanita saat hamil, persalinan, dan nifas. Hal ini disebabkan oleh anemia pada masa kehamilan dapat mempengaruhi oksigen yang diikat dalam darah. Bila oksigen dalam darah rendah, maka akan mempengaruhi kinerja organ tubuh seperti otot uterus yang berperan dalam kontraksi sehingga menyebabkan pendarahan *postpartum* dan atonia uteri.

C. Patofisiologi Anemia Kehamilan

Besi adalah mineral yang sangat vital untuk fungsi tubuh manusia, terutama dalam pembentukan hemoglobin dan transportasi oksigen dalam darah. Sebagian besar besi dalam tubuh manusia terdapat dalam

hemoglobin, protein yang mengangkut oksigen dari paru-paru ke seluruh tubuh. Selain hemoglobin, besi juga terdapat dalam mioglobin (otot) dan berbagai enzim heme dalam jumlah kecil (Price and Wilson, 2012).

Besi yang dilepaskan dari sel-sel tubuh, terutama dengan bertambahnya usia dan sel yang mati, diangkut melalui transferin plasma ke sumsum tulang untuk proses hematopoiesis (pembentukan sel darah). Sisa besi yang tidak digunakan disimpan di hati, limpa, dan sumsum tulang dalam bentuk feritin dan hemosiderin untuk kebutuhan lebih lanjut (Price and Wilson, 2012).

Meskipun diet rata-rata mengandung sekitar 10 hingga 20 mg besi, hanya sebagian kecil, sekitar 5% hingga 10%, yang benar-benar diabsorpsi oleh tubuh. Ketika persediaan besi menurun, tubuh cenderung lebih efisien dalam menyerap besi dari diet. Besi dari makanan diubah menjadi bentuk ferro di lambung dan duodenum, kemudian diabsorpsi oleh duodenum dan jejunum proksimal (Price and Wilson, 2012).

Setiap mililiter darah mengandung sekitar 0,5 mg besi. Kehilangan besi umumnya kecil, sekitar 0,5 hingga 1 mg per hari. Namun, wanita yang mengalami menstruasi kehilangan tambahan besi sebanyak 15 hingga 28 mg per bulan. Selama kehamilan, kebutuhan besi meningkat untuk memenuhi kebutuhan tubuh ibu yang meningkat karena volume darah yang bertambah, pembentukan plasenta, tali pusat, dan pertumbuhan janin, serta untuk menggantikan kehilangan darah saat persalinan. Oleh karena itu, penting bagi wanita hamil untuk memperhatikan asupan besi yang cukup untuk mendukung kebutuhan tubuh mereka dan pertumbuhan janin (Price and Wilson, 2012).

D. Tanda dan Gejala Anemia Kehamilan

Menurut WHO, (2023) anemia menyebabkan gejala-gejala seperti kelelahan, berkurangnya kapasitas kerja fisik, dan sesak napas. Anemia merupakan indikator gizi buruk dan masalah kesehatan lainnya.

Gejala anemia yang umum dan tidak spesifik meliputi:

- a. kelelahan
- b. pusing atau merasa pusing
- c. tangan dan kaki dingin
- d. sakit kepala
- e. sesak napas, terutama saat beraktivitas.

Anemia yang parah dapat menyebabkan gejala yang lebih serius, termasuk:

- a. selaput lendir pucat (di mulut, hidung, dll.)
- b. kulit pucat dan di bawah kuku
- c. pernapasan dan detak jantung yang cepat
- d. pusing saat berdiri
- e. lebih mudah memar.

Gejala-gejala defisiensi besi yang berat menurut Price and Wilson, (2012):

- a. Rambut Rapuh dan Halus
Kekurangan besi yang parah dapat menyebabkan rambut menjadi rapuh dan halus. Ini dapat terjadi karena kurangnya nutrisi yang memadai untuk pertumbuhan dan kesehatan rambut.
- b. Kuku Tipis, Rata, Mudah Patah, dan Koilonikia
Kuku dapat menjadi tipis, rata, mudah patah, dan bahkan berbentuk seperti sendok (koilonikia) pada kasus yang parah. Ini juga merupakan tanda kekurangan besi yang sering terlihat.
- c. Atrofi Papila Lidah
Lidah dapat mengalami atrofi papila, yang membuat lidah tampak pucat, licin, mengkilat, berwarna merah-daging, dan meradang. Ini karena defisiensi besi memengaruhi jaringan dan vaskularisasi lidah.
- d. Stomatitis Angularis
Ini adalah kondisi di mana sudut-sudut mulut menjadi pecah-pecah, meradang, dan nyeri. Stomatitis angularis sering kali terjadi pada individu dengan defisiensi besi yang berat dan dapat menjadi salah satu tanda yang menunjukkan kekurangan zat besi dalam tubuh.

Gejala-gejala ini biasanya terjadi pada tingkat defisiensi besi yang lebih parah, dan penting untuk mendeteksi dan mengobati defisiensi besi segera agar kondisi tidak memburuk dan mencegah komplikasi lebih lanjut.

E. Dampak Anemia Kehamilan

Menurut Priyanti dkk, (2020) anemia selama kehamilan dapat berdampak terhadap ibu sebagai berikut:

1. Anemia
Kekurangan gizi dapat menyebabkan anemia pada ibu hamil karena kekurangan zat besi dan nutrisi penting lainnya yang diperlukan untuk produksi hemoglobin.
2. Perdarahan
Kekurangan nutrisi, terutama zat besi, dapat meningkatkan risiko perdarahan selama persalinan atau pasca persalinan.
3. Pertambahan Berat Badan yang Tidak Normal
Kurangnya asupan gizi yang mencukupi selama kehamilan dapat menghambat pertambahan berat badan ibu secara normal, yang bisa menjadi indikator kesehatan ibu dan janin.
4. Resiko Penyakit Infeksi:
Kekurangan gizi dapat melemahkan sistem kekebalan tubuh ibu hamil, meningkatkan risiko terkena penyakit infeksi yang dapat berbahaya bagi kesehatan ibu dan janin.

Menurut Priyanti dkk, (2020) anemia selama kehamilan dapat berdampak terhadap janin sebagai berikut:

- a. Gangguan Pertumbuhan Janin
Kekurangan gizi pada ibu hamil dapat menghambat pertumbuhan janin dan menyebabkan masalah kesehatan pada janin, termasuk risiko keguguran dan kematian janin.
- b. Cacat Bawaan
Kekurangan gizi selama kehamilan juga dapat meningkatkan risiko cacat bawaan pada janin.
- c. Anemia pada Bayi
Bayi yang lahir dari ibu dengan kekurangan gizi memiliki risiko tinggi mengalami anemia karena kurangnya pasokan zat besi yang adekuat.
- d. Berat Badan Lahir Rendah (BBLR)
Bayi yang lahir dari ibu dengan kekurangan gizi memiliki risiko lebih tinggi untuk lahir dengan berat badan rendah, yang dapat meningkatkan risiko masalah kesehatan dan perkembangan pada masa bayi dan anak.

Tabel 2. 1 Tabel Sintesa Penelitian Variabel Anemia Kehamilan

No	Peneliti (Tahun) dan Sumber Jurnal	Judul dan Nama Jurnal	Tujuan Penelitian	Desain Penelitian dan Metode Analisis	Sampel	Temuan
1.	Dewi, H. P., dan Mardiana., (2021) https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jnc/article/download/31642/26178	“Faktor Risiko yang Mempengaruhi Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Nusawungu II Cilacap” Journal of Nutrition College	Mengetahui faktor risiko yang mempengaruhi kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Nusawungu II Cilacap	<i>Case-Control</i> Uji <i>Chi-Square</i>	Sampel dengan 42 kelompok kasus dan 42 kelompok kontrol dengan teknik pengambilan <i>purposive sampling</i> .	Faktor umur kehamilan, keragaman konsumsi pangan, status ekonomi, dan pantangan makanan berhubungan signifikan dengan kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Nusawungu II Cilacap, sedangkan faktor status gizi ibu hamil, kepatuhan konsumsi tablet Fe, dan tingkat pendidikan tidak berhubungan signifikan dengan kejadian anemia pada ibu hamil.
2.	Deriba, B., S., Bulto, G. A., and Bala, E. T., (2020) https://downloads.hindawi.com/journals/bmri/2020/8824291.pdf	“Nutritional-Related Predictors of Anemia among Pregnant Women Attending Care in Central	Mengidentifikasi faktor-faktor gizi yang berhubungan dengan ibu hamil anemia pada ibu hamil yang menghadiri antenatal care	<i>Case-Control Study</i>	Sampel yang digunakan adalah 435 ibu hamil yang berumur 15-49 tahun dan menjalani <i>antenatal care</i> dengan jumlah kelompok kasus sebanyak 145 ibu	Penelitian ini menemukan bahwa pantangan makanan, minum teh/kopi setelah makan, tidak mengonsumsi PMT, LILA, tidak mengonsumsi buah-buahan, dan keragaman konsumsi pangan termasuk faktor risiko anemia yang berkaitan dengan asupan gizi ibu hamil

No	Peneliti (Tahun) dan Sumber Jurnal	Judul dan Nama Jurnal	Tujuan Penelitian	Desain Penelitian dan Metode Analisis	Sampel	Temuan
		Ethiopia: An Unmatched Case-Control” Hindawi: BioMed Research International	di <i>Etiopia Tengah.</i>	<i>Hosmer-Lemeshow Test</i>	hamil dan 290 ibu hamil pada kelompok kontrol.	yang menghadiri antenatal care di rumah sakit umum Etiopia Tengah.
3.	Cai, Z., <i>et al.</i> , (2023) https://www.mdpi.com/2072-6643/15/17/3714	“Dietary Diversity and Its Contribution to the Magnitude of Anaemia among Pregnant Women: Evidence from Rural Areas of Western China” Nutrients	Untuk mengevaluasi kontribusi keragaman makanan terhadap besaran anemia prenatal di pedesaan China	<i>Cross-Sectional Study</i> <i>Chi-Square Test</i>	Sampel penelitian yang digunakan sebanyak 969 ibu hamil dengan teknik sampling <i>random cluster sampling method.</i>	Penelitian yang didapatkan menemukan hasil yang menarik, terdapat hubungan antara keragaman konsumsi pangan dengan kejadian anemia pada ibu hamil. Akan tetapi, keragaman pangan hanya berkorelasi dengan anemia kategori sedang hingga berat, dan tidak berkorelasi pada anemia kategori ringan.

2.2 Tinjauan Umum tentang Hubungan Ketidakberagaman Konsumsi Pangan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil

Keragaman konsumsi pangan pada ibu hamil penting untuk pemenuhan gizi ibu hamil yang terus bertambah seiring waktu perkembangan janin (Diana *et al*, 2019). Keragaman konsumsi pangan adalah upaya untuk meningkatkan asupan yang terdiri dari berbagai jenis kelompok bahan pangan agar kebutuhan gizi harian tercapai sesuai pedoman gizi seimbang. Keragaman konsumsi pangan terdiri atas makanan pokok, lauk pauk, sayuran, buah-buahan, dan air serta keanekaragaman dalam setiap kelompok pangan (Perkemenkes, 2014).

Keragaman konsumsi pangan meliputi berbagai jenis kelompok jenis pangan. Keragaman konsumsi pangan harus tetap memperhatikan jumlah makanan agar tetap sesuai dengan pedoman gizi seimbang, tidak berlebihan, dan dikonsumsi secara teratur. Pedoman gizi seimbang memperhatikan proporsi setiap jenis kelompok makanan yang disesuaikan dengan kebutuhan setiap orang (Perkemenkes, 2014).

Tidak terdapat satu jenis makanan pun yang memiliki semua zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh, kecuali ASI bagi bayi baru lahir hingga usia 6 bulan. Sebagai contoh, nasi merupakan sumber utama kalori tetapi rendah akan kandungan vitamin dan mineral. Umumnya, sayuran dan buah-buahan kaya akan vitamin, mineral, dan serat, namun memiliki sedikit kalori dan protein. Ikan menjadi sumber utama protein namun memiliki sedikit kalori (Rokhmah dkk, 2022).

Saat ini disarankan untuk mengonsumsi lebih banyak sayuran dan buah-buahan daripada anjuran sebelumnya. Demikian pula, disarankan untuk mengurangi konsumsi makanan yang mengandung gula, garam, dan lemak yang dapat meningkatkan risiko penyakit tidak menular. Minum air dalam jumlah yang cukup juga telah dimasukkan sebagai bagian dari komponen gizi seimbang karena perannya dalam metabolisme dan pencegahan dehidrasi (Rokhmah dkk, 2022).

Penelitian yang dilakukan oleh Diana *et al*, (2019) menjelaskan bahwa ukuran keluarga, usia kehamilan, dan kecukupan gizi (energi, protein, vitamin A, vitamin C, dan seng) berhubungan dengan keragaman konsumsi pangan di antara ibu hamil yang mengalami anemia. Penelitian yang dilakukan oleh Jugha *et al*, (2021) juga menyatakan bahwa rendahnya keragaman konsumsi pangan pada ibu hamil memiliki hubungan dengan kejadian anemia. Lebih dari 80% ibu hamil anemia pada penelitian disebabkan oleh keragaman konsumsi pangan.

Penelitian sejenis yang dilakukan di Pulau Unguja, Tanzania juga mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan antara keragaman konsumsi pangan dengan kejadian anemia (Gibore *et al*, 2020). Penelitian yang dilakukan oleh Desta *et al*, (2019) menyatakan bahwa rendahnya keragaman konsumsi pangan dapat menyebabkan anemia. Pada penelitian tersebut,

95% ibu hamil mengonsumsi makanan berbahan dasar tepung, sedangkan konsumsi pangan jenis protein hewani rendah yang menyebabkan terjadinya anemia. Hal ini disebabkan oleh kelompok jenis pangan protein hewani mengandung tinggi zat besi yang berperan dalam meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah pada ibu hamil (Alfahmi, 2023).

Tabel 2. 2 Tabel Sintesa Penelitian Variabel Ketidakberagaman Konsumsi Pangan

No	Peneliti (Tahun) dan Sumber Jurnal	Judul dan Nama Jurnal	Tujuan Penelitian	Desain Penelitian dan Metode Analisis	Sampel	Temuan
1.	Diana, R. <i>et al.</i> (2019) https://www.hindawi.com/journals/jnme/2019/2647230/	“Dietary Quantity and Diversity among Anemic Pregnant Women in Madura Island, Indonesia” Hindawi: Journal of Nutrition and Metabolism	Menganalisis hubungan antara kuantitas dan keragaman makanan pada ibu hamil yang mengalami anemia.	<i>Cross-Sectional</i> <i>Uji Kolmogorov-Smirnov & Uji Mann-Whitney U</i>	Sebanyak 152 ibu hamil di Kabupaten Sumenep, Pulau Madura, Indonesia yang mengalami anemia	Faktor yang berhubungan dengan status anemia pada ibu hamil, antara lain usia kehamilan, status gizi sebelum hamil, dan LILA. Keragaman konsumsi pangan tidak menunjukkan hubungan signifikan terhadap status anemia ibu hamil.
2.	Jugha, V. T., <i>et al.</i> , (2021) https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fn	“Dietary Diversity and Its Contribution in the Etiology of Maternal Anemia in Conflict Hit Mount	Pengaruh relatif dari keragaman makanan terhadap anemia pada hamil	<i>Cross-Sectional</i>	Minimal ukuran sampel yang digunakan yaitu 408 responden dengan kriteria ibu hamil berumur 15-49 tahun dan melakukan <i>antenatal care</i> .	Rendahnya keragaman konsumsi pangan berhubungan dengan kejadian anemia (AR% = 82,9%). Hanya sebanyak 10,4% ibu hamil yang memiliki keragaman konsumsi pangan memadai, sedangkan 89,6% lainnya

No	Peneliti (Tahun) dan Sumber Jurnal	Judul dan Nama Jurnal	Tujuan Penelitian	Desain Penelitian dan Metode Analisis	Sampel	Temuan
	ut.2020.6 25178/ful l	Cameroon Area: A Cross- Sectional Study” Front. Nutr				tidak memenuhi indikator FAO terkait keragaman makanan minimum untuk wanita.
3.	Gibore, N. S., <i>et al.</i> , (2020) https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7101484/	“Dietary Habits Associated with Anemia in Pregnant Women Attending Antenatal Care Services” Current Developments in Nutrition	Untuk menentukan prevalensi dan menilai kebiasaan diet yang berkaitan dengan anemia pada ibu hamil yang menerima pelayanan <i>antenatal care</i> (ANC) di Pulau Unguja, Tanzania	<i>Cross-Sectional Study</i>	Sampel penelitian ini adalah 338 ibu hamil di Rumah Sakit Kivunge, Mwembeladu, dan Mnazimmoja dari bulan Maret sampai Juni 2018	Keragaman konsumsi pangan yang rendah disertai asupan makan harian yang tidak cukup dan konsumsi teh atau kopi adalah kebiasaan makan yang berhubungan dengan anemia pada ibu hamil. Indikator terjadinya anemia lainnya yaitu tingkat pendidikan, status multigravida, dan jarak kehamilan <2 tahun.
4.	Kustiyah, L., Dewi, M., and Dwiriani, C. M.,	“Education Level, Dietary Quality, Nutritional Status, Serum	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat pendidikan,	<i>Cross-Sectional Study</i>	Sampel penelitian ini adalah 30 responden di wilayah Kabupaten Bogor dari bulan mei	Penelitian ini menunjukkan bahwa anemia defisiensi besi masih menjadi masalah umum di kalangan ibu hamil di daerah penelitian ini dan

No	Peneliti (Tahun) dan Sumber Jurnal	Judul dan Nama Jurnal	Tujuan Penelitian	Desain Penelitian dan Metode Analisis	Sampel	Temuan
	(2021) https://journal.ipb.ac.id/index.php/jgizipangan/issue/2809	Ferritin, and Blood Hemoglobin Level of Pregnant Women in Bogor District” J. Gizi Pangan	asupan makan, status gizi dan kadar feritin serum dengan kadar Hemoglobin (Hb) ibu hamil di Kecamatan Ciampea, Kabupaten Bogor		sampai desember 2019	tingkat pendidikan yang rendah merupakan faktor signifikan yang berkontribusi terhadap kondisi tersebut. Oleh karena itu, meningkatkan tingkat pendidikan serta meningkatkan asupan zat besi sangat penting untuk mengurangi masalah anemia pada kelompok ini.

2.3 Tinjauan Umum tentang Hubungan Pantangan Makanan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil

Pantangan makanan adalah anjuran untuk tidak memakan jenis makanan tertentu yang disebabkan oleh kepercayaan atau budaya masyarakat. Alasan pantangan makanan dilakukan bermacam-macam seperti kekhawatiran terjadi keracunan, asing dengan jenis makanan tersebut, dikhawatirkan mandul, menimbulkan penyakit, larangan agama, dan larangan mengonsumsi jenis pangan hewani karena disucikan oleh adat/budaya. Pantangan pada jenis makanan tertentu memiliki pengaruh pada kejadian anemia pada ibu hamil (Abeng and Kasim, 2021).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Imaliyah dkk, (2022) menjelaskan bahwa dari 14 ibu hamil yang mempunyai pantangan makanan, terdapat 9 ibu hamil yang mengalami anemia. Penerapan pantangan makanan pada ibu hamil ini disebabkan oleh pengetahuan ibu hamil yang minim terkait anemia. Ibu hamil yang menerapkan pantangan makanan memiliki risiko mengalami anemia 4,5 kali lebih besar dibandingkan ibu hamil yang tidak memiliki pantangan makanan.

Penelitian yang dilakukan oleh Dewi dan Mardiana, (2021) juga menyatakan bahwa terdapat hubungan antara pantangan makanan dengan kejadian anemia pada ibu hamil. Ibu hamil dengan pantangan makanan berisiko 3,026 kali lebih besar mengalami anemia dibandingkan ibu hamil yang tidak memiliki pantangan makanan. Hasil penelitian yang serupa juga didapatkan bahwa dari 17 bumil yang menyatakan memiliki pantangan makanan, terdapat 35,3% yang mengalami anemia. Hasil penelitian ini diperkuat dengan hasil analisis statistik yang memperoleh hasil bahwa pantangan makanan berhubungan dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Sanrobone Kabupaten Takalar Tahun 2016 (Yunus dan Rauf, 2023).

Tingkat anemia defisiensi besi terbukti berhubungan dengan pantangan makanan pada ibu hamil. Pantangan makanan ini menjadi hambatan dalam memperbaiki gizi ibu dan anak selama 1000 hari pertama setelah kelahiran. Salah satu masalah kesehatan ibu yang terkait dengan gizi di Ethiopia adalah anemia defisiensi besi. Pantangan makanan yang berhubungan dengan kehamilan juga berkontribusi terhadap buruknya kesehatan ibu di Ethiopia (Amara *et al*, 2022).

Sebagian besar ibu hamil mengalami anemia karena dipengaruhi oleh faktor sosial budaya, seperti mitos dan pantangan selama kehamilan. Sebanyak 68% responden mengalami anemia yang dipengaruhi oleh faktor sosial budaya. Dalam penelitian ini, pengaruh sosial budaya terutama berkaitan dengan keyakinan mitos atau pantangan selama kehamilan, yang diyakini oleh keluarga dan masyarakat setempat di wilayah Kecamatan Amahai, Kabupaten Maluku Tengah (Tampubolo dkk, 2021).

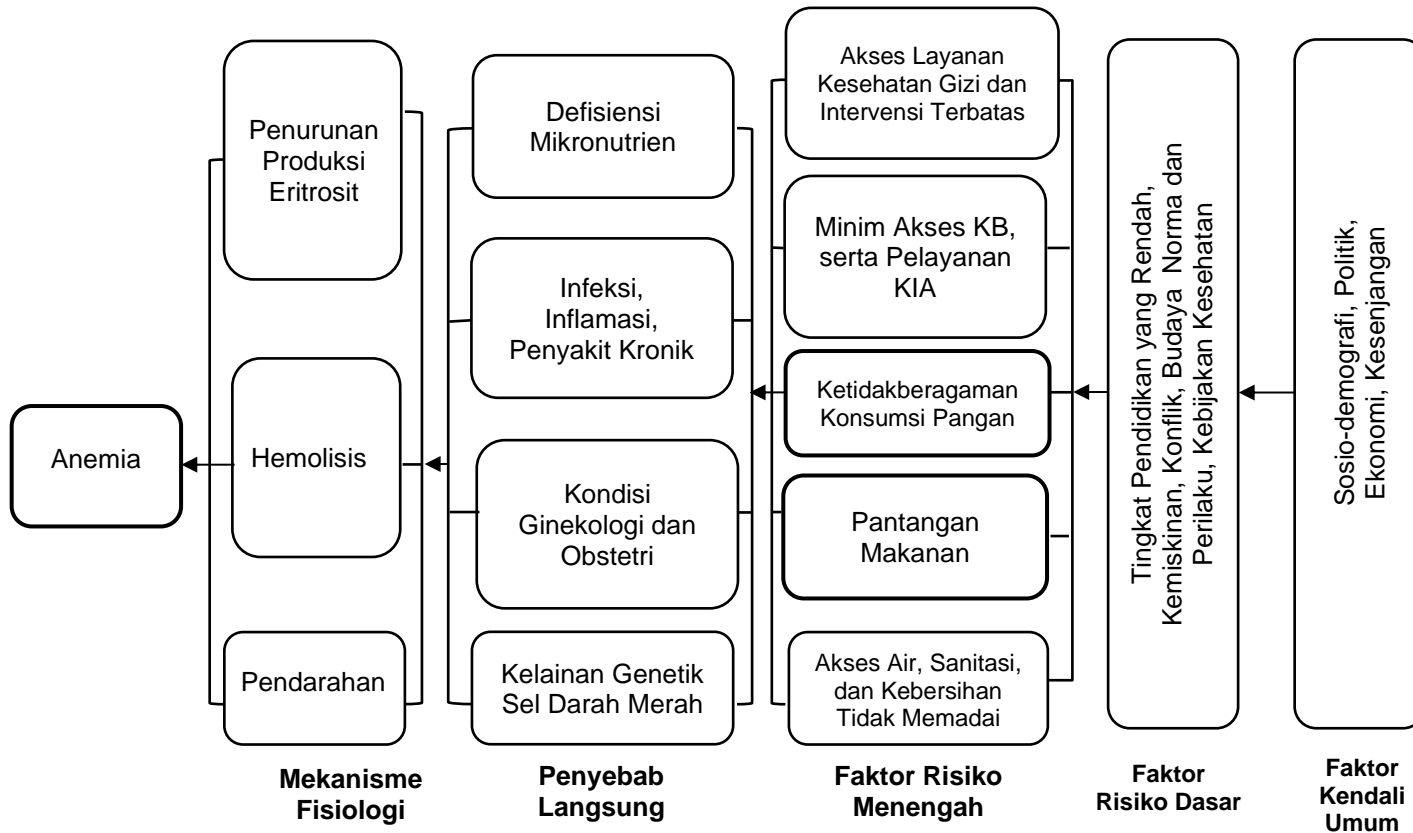
Tabel 2. 3 Tabel Sintesa Penelitian Variabel Pantangan Makanan

No	Peneliti (Tahun) dan Sumber Jurnal	Judul dan Nama Jurnal	Tujuan Penelitian	Desain Penelitian dan Metode Analisis	Sampel	Temuan
1.	Imaliyah, R., Oktafiani, L. D. A., dan Ningtyias, F. W. (2023) https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jnc/article/view/36973	"Hubungan Antara <i>Food Taboo</i> dan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil" Journal of Nutrition College	Menganalisis hubungan antara <i>food taboo</i> dan kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia pada ibu hamil	<i>Cross-Sectional</i> Uji <i>Chi-Square</i>	Sampel berjumlah 35 dari 37 ibu hamil dengan menggunakan <i>simple random sampling</i>	Hasil penelitian didapatkan bahwa nilai <i>p-value</i> sebesar 0,001 yang menandakan bahwa terdapat hubungan antar <i>food taboo</i> dan kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Sukowo Kabupaten Jember.
2.	Amare, W., <i>et al.</i> (2022)	"Food Taboos Among Pregnant Women and Associated Factors in Eastern Ethiopia: A Community-Based Cross-Sectional Study"	Penelitian dilakukan untuk mengevaluasi tingkat pantangan makanan dan faktor-faktor terkait di antara ibu hamil di Ethiopia Timur	<i>Cross-Sectional</i>	Populasi penelitian yaitu 994 ibu hamil dengan sampel yang diambil yaitu 422	Kepercayaan tradisional, faktor sosial budaya, dan tekanan keluarga berperan dalam pantangan makanan di Ethiopia. Pantangan makanan tersebut

No	Peneliti (Tahun) dan Sumber Jurnal	Judul dan Nama Jurnal	Tujuan Penelitian	Desain Penelitian dan Metode Analisis	Sampel	Temuan
	https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9679342/	SAGE Open Med		Uji Hosmer-Lemeshow		berkontribusi pada buruknya kesehatan ibu hamil dan tingginya anemia defisiensi besi di negara tersebut.
3.	Yunus, M., dan Rauf, N. N. (2023) https://jurnal.cahayabintangcemerlang.com/index.php/JKN/article/view/44/26	"Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Puskesmas Sanrobone Kabupaten Takalar" Jurnal Kesehatan Nurse	Menganalisis faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Sanrobone Kabupaten Takalar	<i>Cross-Sectional</i>	Populasi penelitian sebanyak 97 ibu hamil yang memeriksakan kehamilan di Puskesmas Sanrobone Kabupaten Takalar pada bulan Desember 2016 – Januari 2017. Sampel penelitian yang digunakan sebanyak 60 orang ibu hamil dengan anemia dengan teknik	Pada penelitian ini didapatkan kesimpulan bahwa pola makan tidak berhubungan dengan kejadian anemia, sedangkan pantangan makanan berhubungan dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Sanrobone Kabupaten Takalar.

No	Peneliti (Tahun) dan Sumber Jurnal	Judul dan Nama Jurnal	Tujuan Penelitian	Desain Penelitian dan Metode Analisis	Sampel	Temuan
					pengambilan sampel <i>accidental sampling</i> .	
4.	Tampubolo, R., Panuntun, B., dan Lasamahu, J. F., (2021) https://jsk.farmasi.unmul.ac.id/index.php/jsk/article/view/432/281	"Identifikasi Faktor-Faktor Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Kecamatan Amahai Kabupaten Maluku Tengah" Jurnal Sains dan Kesehatan	Mengidentifikasi dan mengetahui faktor-faktor yang memengaruhi kejadian anemia pada ibu hamil.	<i>Cross-Sectional</i>	Populasi penelitian yaitu seluruh ibu hamil di wilayah Kecamatan Amahai sebanyak 348 ibu hamil dengan jumlah sampel 31 responden ibu hamil anemia trimester II dan trimester III selama bulan september sampai november 2019.	Ibu hamil yang mengalami anemia dipengaruhi oleh faktor sosial budaya yaitu mitos dan pantangan dengan persentase sebesar 68%, pengobatan dan pencegahan anemia sebanyak 28 responden dengan persentase 90%.

2.4 Kerangka Teori

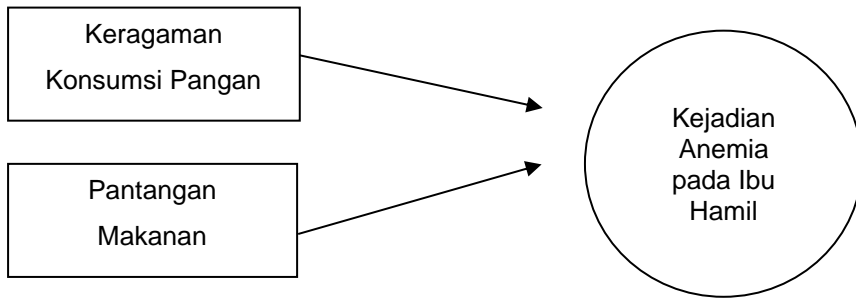


Gambar 2. 1 Kerangka Teori

Modifikasi dari Kerangka Konseptual Etiologi Anemia WHO 2023

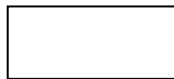
BAB III
KERANGKA KONSEP

3.1 Kerangka Konsep Penelitian

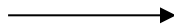


Gambar 3. 1 Kerangka Konsep

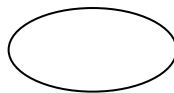
Keterangan:



= Variabel Independen



= Garis proposisi yang menunjukkan kemungkinan terjadinya hubungan



= Variabel Dependen

3.2 Definisi Operasional dan Kriteria Objektif

No	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Kriteria Objektif	Skala Pengukuran
1.	Variabel independen: ketidak beragaman konsumsi pangan	kelompok pangan yang dikonsumsi oleh ibu hamil berdasarkan kelompok jenis bahan makanan yang terdiri dari 10 kelompok pangan dengan jumlah rata-rata yang dapat diukur menggunakan metode <i>recall</i> 24 jam dan dimodifikasi ke dalam kategori MDDW.	Formulir <i>recall</i> 24 jam	1 = Kurang beragam: (<5 kelompok pangan) 2 = Beragam: (≥5 kelompok pangan) (FAO, 2021)	Ordinal
2.	Variabel independen: pantangan makanan	Tindakan ibu hamil untuk tidak memakan beberapa jenis makanan berdasarkan budaya ataupun tradisi keluarga.	Kuesioner	1= Memiliki: ibu hamil melakukan pantang makanan 2 = Tidak Memiliki: ibu hamil memakan semua jenis makanan (Mohammed <i>et al</i> , 2019)	Ordinal
3.	Variabel dependen: anemia	Suatu keadaan dimana kadar hemoglobin ibu hamil lebih rendah dibandingkan batas normal pada pemeriksaan terakhir.	<i>Hematology Analyzer PROKEN PE-6800</i>	1 = Anemia jika kadar Hb ibu hamil <11 gr/dL 2 = Tidak anemia jika kadar Hb ibu hamil ≥ 11 gr/dL (WHO, 2011)	Ordinal

3.3 Hipotesis Penelitian

1. Hipotesis Nol (H_0)
 - a. Tidak terdapat hubungan ketidakberagaman konsumsi pangan dengan kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Sinorang dan Puskesmas Toili I Kabupaten Banggai tahun 2023.
 - b. Tidak terdapat hubungan pantangan makanan dengan kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Sinorang dan Puskesmas Toili I Kabupaten Banggai tahun 2023.
2. Hipotesis Alternatif (H_a)
 - a. Terdapat hubungan ketidakberagaman konsumsi pangan dengan kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Sinorang dan Puskesmas Toili I Kabupaten Banggai tahun 2023.
 - b. Terdapat hubungan pantangan makanan dengan kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Sinorang dan Puskesmas Toili I Kabupaten Banggai tahun 2023.