



Window of Health
Jurnal Kesehatan

journal homepage : www.jurnal.fkmumi.ac.id



ARTIKEL RISET

URL artikel: <http://jurnal.fkmumi.ac.id/index.php/woh/article/view/woh4210>

Intake Zat Gizi Dan Jarak Kehamilan Terhadap Anemia Pada Ibu Hamil Di wilayah kerja Puskesmas Di Kabupaten Pangkep

^KArman¹, Sumiaty²

^{1,2}Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia

(^K): armanidris@yahoo.co.id

armanidris@yahoo.co.id¹, sumiatysudirman@gmail.com²

(08114120142)

ABSTRAK

Anemia pada kehamilan merupakan salah satu masalah nasional karena mencerminkan nilai kesejahteraan sosial ekonomi masyarakat dan pengaruhnya sangat besar terhadap kualitas sumber daya manusia. Jenis penelitian yang digunakan Kuantitatif dengan pendekatan yang bersifat analitik observasional dengan desain penelitian cross sectional yaitu untuk mengetahui variabel-variabel yang diduga berpengaruh pada waktu yang bersamaan, yaitu pengaruh antara intake zat gizi dan jarak kehamilan terhadap anemia pada ibu hamil. Populasi dalam penelitian adalah Ibu hamil sebanyak 280 dan sampelnya sebanyak 112 dengan berdasarkan tabel penarikan sampel Nomogram Harry King dengan taraf kesalahan 5% dengan teknik penarikan sampel yaitu accidental sampling. Analisis yang digunakan adalah analisis univariat, bivariat dengan uji chi-square, analisis multivariat dengan uji regresi berganda. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa : (1) Ada pengaruh yang bermakna antara intake zat besi terhadap anemia, intake asam folat dan jarak kehamilan terhadap anemia pada Ibu Hamil di Kabupaten Pangkep. Berdasarkan analisis multivariat diketahui variabel intake asam folat paling dominan memengaruhi anemia pada ibu hamil dengan nilai $p = 0.000$. Oleh karena itu, ibu hamil perlu untuk meningkatkan pengetahuan tentang pentingnya intake zat gizi dan jarak kehamilan dan diharapkan peran aktif keluarga serta tenaga kesehatan untuk tindakan pencegahan terhadap kejadian anemia pada ibu hamil.

Kata kunci: Intake zat Gizi; jarak kehamilan; anemia; ibu hamil

Article history : (dilengkapi oleh admin)

PUBLISHED BY :

Public Health Faculty
Universitas Muslim Indonesia

Address :

Jl. UripSumoharjo Km. 5 (Kampus II UMI)
Makassar, Sulawesi Selatan.

Email :

jurnal.woh@gmail.com, jurnalwoh.fkm@umi.ac.id

Phone :

+62 85397539583

Received 15 Maret 2021

Received in revised form 2 April 2021

Accepted 20 April 2021

Available online 25 April 2021

licensed by [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).



ABSTRACT

being of the community and has a profound effect on the quality of human resources. The type of research used is quantitative with an observational analytic approach with cross sectional research design that is to find out the variables that are suspected to influence at the same time, namely the influence between nutrient intake and pregnancy spacing on anemia in pregnant women. The population in the study was 280 pregnant women and 112 samples based on the Harry King Nomogram sampling table with a level of error of 5% with a sampling technique that is accidental sampling. The analysis used was univariate analysis, bivariate with chi-square test, multivariate analysis with multiple regression test. The results of this study indicate that: (1) There is a significant influence between iron intake, folic acid and between the distance of pregnancy to anemia in pregnant women in Pangkep District. Based on multivariate analysis, it is known that the folic acid intake variable most dominantly influences anemia in pregnant women with a p value = 0,000. Therefore, pregnant women need to increase knowledge about the importance of nutrition intake and pregnancy spacing and it is hoped that the active role of the family and health workers for prevention of anemia in pregnant women.

Keywords: Nutrient intake; pregnancy distance; anemia; pregnant women

PENDAHULUAN

Masa kehamilan merupakan masa yang sangat menentukan kualitas sumber daya manusia dan masa depan, karena tumbuh kembang anak sangat ditentukan kondisinya dimasa janin dalam kandungan. Salah satu faktor yang mempengaruhi kesehatan ibu adalah keadaan gizi ibu selama kehamilan.

Anemia pada kehamilan merupakan penyumbang seperlima dari kematian ibu di seluruh dunia dan merupakan faktor utama yang menyebabkan berat lahir rendah¹. Diperkirakan sementara total AKI dan AKB di ASEAN sekitar 170 ribu dan 1,3 juta per tahun. Sebanyak 98% dari seluruh AKI dan AKB di kawasan ini terjadi di Indonesia, Bangladesh, Nepal, dan Myanmar. Indonesia sebagai negara berkembang, masih memiliki angka kematian maternal yang cukup tinggi.²

Angka Kematian Ibu (AKI) merupakan salah satu indikator pembangunan kesehatan dalam RPJMN 2015-2019 dan SDGs khususnya pada Goals 3, dimana tujuannya mengurangi AKI hingga dibawah 70 per 100.000 Kelahiran Hidup (KH) pada 2030.³ AKI menggambarkan jumlah wanita yang meninggal dari suatu penyebab kematian terkait dengan gangguan kehamilan atau penanganannya (tidak termasuk kecelakaan atau kasus insidental) selama kehamilan, melahirkan) tanpa memperhitungkan lama kehamilan per 100.000 KH.

Anemia adalah suatu keadaan dimana tubuh memiliki jumlah sel darah merah (eritrosit) yang terlalu sedikit, yang mana sel darah merah itu mengandung hemoglobin yang berfungsi untuk membawa oksigen ke seluruh jaringan tubuh⁴, secara global prevalensi anemia pada ibu hamil di seluruh dunia adalah sebesar 41, 8 %. Prevalensi anemia pada ibu hamil diperkirakan di Asia sebesar 48,2 %, Afrika 57,1 %, Amerika 24,1 %, dan Eropa 25,1 %.angka kejadian anemia pada ibu hamil secara global sebanyak 28-36 juta orang, sedangkan jumlah anemia tertinggi berada di Asia, yaitu sebanyak 12-22 juta orang, dan yang terendah berada di Oceania atau kawasan di Samudera Pasifik sekitar 100-200 orang.^{2,5}

Anemia pada kehamilan merupakan salah satu masalah nasional karena mencerminkan nilai kesejahteraan sosial ekonomi masyarakat dan pengaruhnya sangat besar terhadap kualitas sumber daya

manusia. Anemia pada ibu hamil disebut “ Potensial danger to mother and child ” (potensi membahayakan ibu dan anak).⁶ Prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia sebesar 37,1 % . Kondisi ini mengatakakan bahwa anemia cukup tinggi di Indonesia dan menunjukkan angka mendekati masalah kesehatan masyarakat berat (severe public health problem) dengan batas prevalensi anemia lebih dari 40%.⁷ Pada saat hamil, tubuh akan mengalami perubahan yang signifikan, jumlah darah dalam tubuh meningkat sekitar 20 - 30 %, sehingga memerlukan peningkatan kebutuhan pasokan besi dan vitamin untuk membuat hemoglobin (Hb). Ketika hamil, tubuh ibu akan membuat lebih banyak darah untuk berbagi dengan bayinya. Tubuh memerlukan darah hingga 30 % lebih banyak dari pada sebelum hamil.⁸

Anemia pada ibu hamil dihubungkan dengan meningkatnya kelahiran prematur, kematian ibu dan anak dan penyakit infeksi. Anemia defisiensi besi pada ibu dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan janin/bayi saat kehamilan maupun setelahnya. Ibu hamil dinyatakan anemia jika hemoglobin kurang dari 11mg/L.⁹ Berdasarkan data Dinkes 2016-2017 terdapat 11 kabupaten yang angka kematian Ibu dan bayinya tinggi, yakni Gowa di urutan pertama, Bone posisi kedua, Pangkep posisi ketiga dan di posisi keempat ada Bulukumba, Pangkep, Luwu. Lalu di posisi ke lima ada Sinjai, Maros, Toraja, sedangkan Luwu Utara dan Makassar masuk dalam peringkat ke enam. Penyebab kematian ibu di Sulsel disebabkan pendarahan terbanyak dikisaran 40 kasus dan hipertensi kehamilan 35 kasus. Berdasarkan hasil penelitian putri, dkk (2016) di Kabupaten Pangkep menunjukkan bahwa ibu yang mempunyai HB < 11 g/dl melahirkan anak yang BBLR sebesar 59,3 %.¹⁰

Kejadian anemia yang cukup tinggi 49,2 % kemungkinan berkaitan dengan rendahnya asupan energi dan protein yaitu hanya sekitar 50% AKG dan rata-rata asupan zat gizi mikro yang berperan dalam pembentukan sel darah merah seperti zat besi, Asam Folat, vitamin B12 hanya sekitar 30% AKG. Keadaan konsumsi pada ibu hamil yang sangat rendah ini ternyata juga ditemukan dari hasil penelitian di Sulawesi yang menunjukkan bahwa asupan energy rata-rata ibu hamil hanya 42% AKG dan asupan protein adalah 72% AKG. Asupan zat gizi mikro juga sangat rendah yaitu 15% untuk Fe dan 14% untuk Zn dan ditemukan sebesar 42% ibu hamil menderita anemia hasil analisis data SUSENAS.¹¹

Ketidakmampuan dalam memenuhi kebutuhan intake zat gizi pada masa kehamilan akan menyebabkan kurang energi kronis (KEK) dan anemia serta meningkatkan risiko kesakitan bahkan kematian pada ibu hamil.⁵ Ibu yang menderita KEK berpeluang menderita anemia 2,76 kali lebih besar dibandingkan dengan yang tidak KEK, sedangkan pada masa kehamilan trimester III berpeluang 1,92 kali lebih besar dibandingkan trimester I dan II.¹²

Anemia juga disebabkan oleh jarak kehamilan yang terlalu dekat. resiko untuk menderita anemia berat dengan ibu hamil dengan jarak kurang dari 24 bulan dan 24-35 bulan sebesar 1,5 kali dibandingkan ibu hamil dengan jarak kehamilan lebih dari 36 bulan. Hal ini dikarenakan terlalu dekat jarak kehamilan sangat berpengaruh terhadap kesiapan organ reproduksi.^{3,5,13} Hasil penelitian Ningrum (2014) menunjukkan bahwa setengahnya dari responden memiliki jarak kehamilan < 2 tahun

yaitu 15 responden (50,0%), sedangkan kejadian anemia 15 orang mengalami Anemia, mereka yang memiliki jarak kehamilan < 2 tahun hampir setengahnya mengalami Anemia ringan. Berdasarkan uraian tersebut adapun tujuan penelitian ini adalah untuk menilai pengaruh intake zat besi, asam folat, Jarak Kehamilan terhadap anemia pada Ibu Hamil di Kabupaten Pangkep

METODE

Jenis penelitian yang digunakan Kuantitatif dengan pendekatan yang bersifat analitik observasional dengan desain penelitian cross sectional yaitu untuk mengetahui variabel-variabel yang diduga berpengaruh pada waktu yang bersamaan, yaitu pengaruh antara intake zat gizi dan jarak kehamilan terhadap anemia pada ibu hamil.11 Yang bertujuan untuk menilai Pengaruh intake zat gizi dan Jarak Kehamilan terhadap Anemia pada Ibu hamil. Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja puskesmas di Kabupaten Pangkep.

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu hamil dengan jumlah seluruh populasi sebanyak 280 ibu hamil. Sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 112 dengan berdasarkan tabel penarikan sampel Nomogram Harry King dengan taraf kesalahan 5% dengan teknik penarikan sampel yaitu accidental sampling.

Pengolahan data dalam penelitian ini Pengolahan data untuk intake zat gizi dan jarak kehamilan serta anemia dilakukan menggunakan SPSS. Analisis data yang dilakukan adalah Analisis univariat untuk mengetahui distribusi frekuensi, analisis bivariat dengan menggunakan uji chi-squaredan Multivariat dengan menggunakan uji Regresi.

HASIL

Tabel 1. Analisis Univariat

Variabel	N	
	n	%
Anemia		
Ya	60	53.6
Tidak	52	46.4
Jarak Kehamilan		
Dekat	21	18.8
Jauh	91	81.2
Intake Zat Besi		
Cukup	54	48.2
Kurang	58	51.8
Intake Asam Folat		
Cukup	52	46.4
Kurang	60	53.6

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa dari 112 responden kategori anemia berjumlah 60 orang (53,6%) sedangkan jarak kehamilan Jauh berjumlah 91 orang (81,2%), Intake Zat Besi Kurang berjumlah 58 orang (51,8%) sedangkan intake Asam Folat Kurang berjumlah 60 orang (53,6%).

Tabel 2. Analisa Bivariat Pengaruh intake Zat Gizi dan Jarak Kehamilan terhadap anemia pada Ibu Hamil

Variabel	Anemia				Total		Nilai p^*
	Ya		Tidak		n	%	
Intake Zat Besi	n	%	n	%	n	%	
Cukup	20	17,9	34	30,4	54	48,2	0,001
Kurang	40	35,7	18	16,1	58	51,8	
Intake Asam Folat							
Cukup	18	16,1	34	30,4	52	46,4	0,000
Kurang	42	37,5	18	16,1	60	53,6	
Jarak Kehamilan							
Dekat	7	6,2	14	12,5	21	18,8	0,039
Jauh	53	47,3	38	33,9	91	81,2	

Intake Zat Besi; berdasarkan tabel 2 hasil tabulasi antara Intake Zat Besi terhadap kejadian anemia pada ibu hamil diketahui bahwa pada intake zat besi kurang responden berjumlah 58 orang (51.8%), pada kategori kategori anemia berjumlah 60 orang (53.6%). Hasil uji statistik *chi square* diperoleh hasil nilai $p = 0.001 < \text{nilai } \alpha = 0.05$ yang artinya ada pengaruh intake zat besi responden terhadap kejadian anemia pada ibu hamil.

Intake Asam Folat; berdasarkan tabel 2 hasil tabulasi antara intake asam folat terhadap kejadian anemia pada ibu hamil diketahui bahwa pada intake asam folat kurang responden berjumlah 60 orang (53,6%), pada kategori kategori anemia berjumlah 60 orang (53.6%). Hasil uji statistik *chi square* diperoleh hasil nilai $p = 0.000 < \text{nilai } \alpha = 0.05$ yang artinya ada pengaruh intake asam folat responden terhadap kejadian anemia pada ibu hamil.

Jarak Kelahiran; berdasarkan tabel 2 hasil tabulasi antara jarak kehamilan terhadap kejadian anemia pada ibu hamil bahwa pada Jarak kehamilan jauh responden berjumlah 91 orang (81,2%), pada kategori kategori anemia berjumlah 60 orang (53.6%). Hasil uji statistik *chi square* diperoleh hasil nilai $p = 0.000 < \text{nilai } \alpha = 0.05$ yang artinya ada pengaruh jarak kehamilan responden terhadap kejadian anemia pada ibu hamil.

Tabel 3. Analisis Multivariat

Variabel	B	S.E.	Wald	Df	Sig.	Exp(B)	95.0% C.I. for EXP(B)	
							Lower	Upper
Intake Zat Besi	42.406	4.923E4	.000	1	.001	2.61018	.000	.
Intake Asam Folat	-21.676	2.842E4	.000	1	.000	.000	.000	.
Jarak Kehamilan	-.529	.557	.904	1	.000	.589	.198	1.754
Constant	3.338	1.154	8.369	1	.004	28.165		

Berdasarkan tabel 3. diketahui, bahwa seluruh variabel penelitian telah signifikan. Variabel tersebut antara lain Intake Zat Besi diperoleh nilai p. 0.001, Intake Asam Folat diperoleh nilai p 0.000, jarak kehamilan diperoleh nilai p 0.000. Hal ini menunjukkan bahwa intake zat Besi, Intake asam folat dan jarak kehamilan memiliki nilai sig. < 0.05 yang artinya ketiga variabel tersebut signifikan.

PEMBAHASAN

Pengaruh Intake Zat Besi Terhadap Anemia Pada Ibu Hamil

Kebutuhan ibu hamil akan Fe meningkat (untuk pembentukan plasenta dan sel darah merah) sebesar 200-300%. Perkiraan besaran zat besi yang perlu ditimbun selama hamil ialah 1040 mg. Dari jumlah ini, 200 mg Fe tertahan oleh tubuh ketika melahirkan dan 840 mg sisanya hilang.⁶

Sebanyak 300 mg besi ditransfer ke janin, dengan rincian 50-75 mg untuk pembentukan plasenta, 450 mg untuk menambah jumlah sel darah merah, dan 200 mg lenyap ketika melahirkan. Jumlah sebanyak ini tidak mungkin tercukupi hanya melalui diet. Karena itu, suplementasi zat besi perlu sekali diberlakukan, bahkan kepada wanita yang bergizi baik. Penambahan asupan besi, baik lewat makanan dan/atau pemberian suplementasi, terbukti mampu mencegah penurunan Hb akibat hemodilusi¹⁴. Tanpa suplementasi (Comitte on Maternal Nutrition menganjurkan suplementasi besi selama trimester II dan III), cadangan besi dalam tubuh wanita akan habis pada akhir kehamilan. Untuk menjaga agar stok ini tidak terkuras dan mencegah kekurangan, setiap wanita hamil dianjurkan untuk menelan besi sebanyak 30 mg tiap hari.¹⁵

Takaran ini akan terpenuhi hanya melalui makanan, oleh sebab itu suplemen sebesar 30-60 mg, dimulai pada minggu ke-12 kehamilan yang diteruskan sampai 3 bulan pascapartum, perlu diberikan setiap hari. Penyerapan besi dipengaruhi oleh banyak faktor yaitu protein hewani dan vitamin C meningkatkan penyerapan, sedangkan kopi, teh, garam, kalsium, magnesium dan fitat dapat mengikat Fe sehingga mengurangi jumlah serapan. Karena itu, tablet Fe sebaiknya ditelan bersamaan dengan makanan yang dapat memperbanyak jumlah serapan, sementara makanan yang mengikat Fe sebaiknya dihindarkan, atau tidak dimakan dalam waktu bersamaan.^{8,10,16}

Suplementasi zat besi pada kehamilan cenderung menyebabkan rendahnya prevalensi anemia pascamelahirkan. Tingginya prevalensi anemia dan defisiensi besi di antara bayi yang mendapat ASI dibandingkan dengan ibu mereka menyarankan seruan untuk intervensi yang menargetkan bayi dan bayi baru lahir.¹² prevalensi anemia pada subjek penelitian intake zat besi kurang sebesar 51,8%. Penelitian ini menunjukkan ada pengaruh yang bermakna antara Intake Zat besi terhadap kejadian anemia pada ibu hamil ini disebabkan oleh kurangnya konsumsi makanan yang mengandung zat besi sehingga tubuh ibu hamil tidak dapat mengimbangi kebutuhan zat besi yang meningkat.¹⁰ Keadaan ini juga didapat disebabkan oleh kurangnya konsumsi makanan yang dapat meningkatkan absorpsi zat besi seperti Vitamin C. Vitamin C dapat meningkatkan absorpsi

pada usus terutama besi non heme yang mempunyai tingkat absorpsi yang rendah.⁵

Sebanyak 81,2% wanita memiliki tingkat konsumsi Fe yang rendah dan kadar hemoglobin juga rendah dengan status anemia, dan menunjukkan pengaruh signifikan antara asupan Fe dengan kejadian anemia. terdapat hubungan positif antara konsumsi zat besi dengan kejadian anemia pada ibu menurutnya konsumsi zat besi menjadi sangat penting bagi ibu apalagi diwaktu hamil.¹⁸ Faktor utama penyebab anemia adalah asupan zat besi yang kurang, dengan sekitar dua per tiga zat besi dalam tubuh terdapat dalam sel darah merah hemoglobin,^{2,6}.

Pengaruh Intake Asam Folat Terhadap Anemia Pada Ibu Hamil

Kebutuhan asam folat selama hamil menjadi dua kali lipat. Asam folat dibutuhkan untuk perkembangan sel-sel muda, pematangan sel, sintesis DNA, pembentukan heme, dan metabolisme energi. Kekurangan asam folat dapat berakibat lelah berat, kaki kejang, gangguan tidur. Jika berlanjut akan menyebabkan anemia megaloblastik.^{4,7} Kekurangan asam folat juga berkaitan dengan BBLR, *ablasio plasenta* serta *defect neural tube* terutama pada periode kehamilan minggu ke 3 sampai ke 8 dimana terjadi organogenesis. pemberian asam folat sebelum konsepsi serta pada permulaan kehamilan dapat mengurangi *neural tube defect*, sehingga kejadian *spina bifida* dan cacat lain yang disebabkan *neural tube defect* dapat dikurangi kejadiannya.^{3,8,11}

Kebutuhan asam folat untuk trimester I sebanyak 280 µg, trimester II 660 µg dan trimester III 470 µg. Jenis makan yang mengandung asam folat yakni ragi, brokoli, sayuran hijau, asparagus dan kacang-kacangan¹³. Pada penelitian ini juga ditemukan bahwa prevalensi anemia pada subjek penelitian intake asam folat kurang sebesar 53,6%. Penelitian ini menunjukkan ada pengaruh yang bermakna antara Intake asam folat terhadap kejadian anemia pada ibu hamil. Folat juga disebut asam folat yang diperlukan untuk pembentukan sel darah merah dan pertumbuhan. Asam folat dapat diperoleh dengan mengkonsumsi sayuran berdaun hijau dan hati. Karena folat tidak disimpan dalam tubuh dalam jumlah besar, maka perlu untuk mendapatkan pasokan vitamin ini terus-menerus melalui diet untuk mempertahankan tingkat normal. Pada anemia defisiensi folat, sel-sel darah merah normal besar. Sel-sel besar disebut megalocytes atau megaloblasts disusutkan tulang.^{4,8,10}

Hal ini juga tidak sejalandengan penelitian terdahulu, bahwa zat-zat yang diperlukan oleh sumsum tulang untuk pembentukan hemoglobin antara lain: logam (besi, mangan, kobalt, seng, tembaga), vitamin (B12, B6, C, E, asam folat, tiamin, riboflavin, asam pantotenat), protein, dan hormon (eritropoetin, androgen, tiroksin). Produksi sel darah merah juga dapat terganggu karena pencernaan tidak berfungsi dengan baik (malabsorpsi) atau kelainan lambung sehingga zat-zat gizi penting tidak dapat diserap, apabila hal ini berlangsung lama maka tubuh akan mengalami anemia.

2, 13

Pengaruh Jarak Kehamilan Terhadap Anemia Pada Ibu Hamil

Proporsi kematian terbanyak terjadi pada ibu dengan prioritas 1-3 anak dan jika dilihat menurut jarak kehamilan ternyata jarak kurang dari 2 tahun menunjukkan proporsi kematian maternal lebih banyak. Jarak kehamilan yang terlalu dekat menyebabkan ibu mempunyai waktu singkat untuk memulihkan kondisi rahimnya agar bisa kembali ke kondisi sebelumnya. Pada ibu hamil dengan jarak yang terlalu dekat berisiko terjadi anemia dalam kehamilan. karena cadangan zat besi ibu hamil belum pulih dikarenakan terkuras untuk keperluan janin yang dikandungnya^{6,11}.

Pada penelitian ini juga ditemukan bahwa prevalensi anemia pada subjek penelitian lebih dari separuh jarak kehamilan jauh sebesar 81,2%. Penelitian ini menunjukkan ada pengaruh yang bermakna antara jarak kehamilan terhadap kejadian anemia pada ibu hamil ini disebabkan oleh jarak kehamilan yang jauh sangat membantu dalam keselamatan dan kesehatan ibu^{5,14}.

Kematian maternal menjadi risiko tinggi jika terlalu rapat jarak kelahiran. Jarak kelahiran kurang dari 2 tahun dan anemia berisiko tinggi terhadap kematian maternal karena seorang ibu setelah melahirkan memerlukan 2 atau 3 tahun untuk dapat memulihkan kondisi tubuhnya dan mempersiapkan diri untuk persalinan yang berikutnya.^{9,15}

KESIMPULAN DAN SARAN

Ada pengaruh yang bermakna antara intake zat besi, Intake asam folat dan jarak kehamilan terhadap kejadian anemia pada Ibu Hamil. Dan variabel intake zat besi yang paling dominan memengaruhi kejadian anemia pada ibu hamil. Disarankan kepada petugas kesehatan Mengingat masih tingginya prevalensi anemia pada ibu hamil di wilayah penelitian, hendaknya perlu diambil tindakan penanggulangan dan pencegahan lebih lanjut. Upaya tersebut dapat dilakukan melalui perbaikan pengetahuan gizi dan kesehatan. Materi yang disampaikan bisa beragam, misalnya materi tentang zat gizi yang penting untuk tulang dan gigi, tentang contoh pangan sumber protein, tentang zat gizi untuk tambah darah, serta jenis imunisasi untuk ibu hamil.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih peneliti ucapkan kepada Dinas Kesehatan setempat beserta Puskesmas dan Bidan Desa Wilayah Kerja Kabupaten Pangkep yang telah membantu dalam melakukan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Arisman, Edisi 2 Buku Ajar Ilmu gizi Gizi dalam Daur Kehidupan. Penerbit Buku Kedokteran. EGC, 2016.
2. Kusumawati folat dengan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil Riwayat Kurang Energi Kronis dan Anemia saat Menyusui. *Penelitian Gizi dan Makanan*, Vol. 39 (2): 103-110.2016
3. Fitriana Ikhtirinawati Fajrin. Kepatuhan Konsumsi Zat Besi (Fe) Terhadap Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil 2020. *Window Of Health Jurnal Kesehatan* Vol 3 No 4 Oktober (2020): . Available

From [Http:// jurnal.fkmumi.ac.id/index.php/woh/article/view/364](http://jurnal.fkmumi.ac.id/index.php/woh/article/view/364)

4. Maesaroh, M. Tingkat Konsumsi Energi, Protein dan Zat Besi, Hubungannya dengan Kadar Hb. Program Studi Ilmu Gizi, 2007.
5. Muwakhidah. Efek Suplementasi Fe, Asam Folat dan Vitamin B12 Terhadap Peningkatan Kadar Haemoglobin pada Pekerja Wanita di Kabupaten Sukoharjo, Tesis Program Studi Magister Epidemiologi. Pasca Sarjana. UNDIP Semarang. 2009
6. Prihatini, Dkk., Gambaran Konsumsi Makanan Dan Status Anemia Ibu Hamil Sampel Penelitian Summit (The Supplementation With Multiple Micronutrients Intervention Trial) Di Lombok. PGM 2009: 32(1): 3744, 2009.
7. Riskesdas, Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI Tahun 2013
8. Fikawati S, dkk., Gizi Ibu dan Bayi. Jakarta. PT RajaGrafindo Persada Noverstiti, 2012.
9. Elsy. Faktor- faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil Trimester III di Wilayah 2012.
10. Prihatini, dkk., Hubungan Asupan Makanan, Suplementasi Fe dan Asam Kerja Puskesmas Air Dingin Kota Padang tahun 2012. STIKES Peringsewu Lampung, 2016.
11. Rahmaniar A. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan KEK (Tampa Padang, Sulawesi Barat). Media Gizi Masyarakat Indonesia. 2013;2:98-103.
12. Ainun Mardhia, Marlina. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe Pada Ibu Hamil. Window of Health : Jurnal Kesehatan, Vol. 2 No. 3 (Juli, 2019): 266-276. Available <http://jurnal.fkmumi.ac.id/index.php/woh/article/view/182/78>
13. Putri, Dkk., Faktor Risiko Berat Badan Lahir Di Wilayah Kerja Puskesmas Di Kecamatan Pangkajene Kabupaten Pangkep, 2016
14. Salmariantity, Faktor- Faktor Yang Berhubungan Dengan Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Gajah Mada Tembilahan Kabupaten Indragiri Hilir Tahun 2012. Jakarta: FK UI, 2012.
15. World Health Organization. The World Medicine Situation 2011 3ed. Rational Use Of Medicine. Geneva, 2011.
16. Raharjo Bejo. Beberapa Faktor Resiko Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Pekerja Perempuan Di Kelurahan Jetis, Kecamatan Sukoharjo. Tesis. Magister Ilmu Kesehatan Masyarakat. Program Pasca Sarjana. Universitas Diponegoro. Semarang. 2003