

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN ASUPAN NUTRISI DENGAN KEJADIAN  
ANEMIA PADA IBU HAMIL**

**Penelitian Dilakukan Di Unit Pelaksana Teknis Daerah  
Puskesmas I Denpasar Timur**



**Oleh:**

**KADEK SONIA ARYANTI**  
**NIM. P07124224243**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR  
JURUSAN KEBIDANAN  
PRODI SARJANA TERAPAN  
DENPASAR  
2025**

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN ASUPAN NUTRISI DENGAN KEJADIAN  
ANEMIA PADA IBU HAMIL**

**Penelitian Dilakukan Di Unit Pelaksana Teknis Daerah  
Puskesmas I Denpasar Timur**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat  
Menyelesaikan Pendidikan Sarjana Terapan Kebidanan  
Jurusan Kebidanan**

**Oleh:**

**KADEK SONIA ARYANTI  
NIM. P07124224243**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR  
JURUSAN KEBIDANAN  
PRODI SARJANA TERAPAN  
DENPASAR  
2025**

**LEMBAR PERSETUJUAN  
SKRIPSI**

**HUBUNGAN ASUPAN NUTRISI DENGAN KEJADIAN  
ANEMIA PADA IBU HAMIL**

**Penelitian Dilakukan Di Unit Pelaksana Teknis Daerah  
Puskesmas I Denpasar Timur**

**OLEH :**

**KADEK SONIA ARYANTI  
NIM. P07124224243**

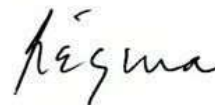
**TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN**

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping



**Dr. Ni Wayan Ariyani, SST., M.Keb  
NIP. 197411252003122002**



**Drg. Regina Tedjasulaksana, M.Biomed  
NIP. 196102041989022001**

**MENGETAHUI :  
KETUA JURUSAN KEBIDANAN  
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR**



**Ni Ketut Somovani, SST., M.Biomed  
NIP. 196904211989032001**

**LEMBAR PENGESAHAN  
SKRIPSI**

**HUBUNGAN ASUPAN NUTRISI DENGAN KEJADIAN  
ANEMIA PADA IBU HAMIL**

**Penelitian Dilakukan Di Unit Pelaksana Teknis Daerah  
Puskesmas I Denpasar Timur**

**OLEH :**

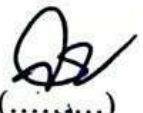
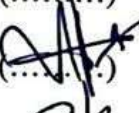
**KADEK SONIA ARYANTI  
NIM. P07124224243**

**TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI**

**PADA HARI : RABU**

**TANGGAL : 3 DESEMBER 2025**

**TIM PENGUJI :**

1. Ni Made Dwi Mahayati, S.ST., M. Keb (Ketua) 
2. Dr. Ni Wayan Ariyani, SST., M. Keb (Sekretaris) 
3. Gusti Ayu Eka Utarini, SST., M. Kes (Anggota) 

**MENGETAHUI**

**KETUA JURUSAN KEBIDANAN  
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR**



**Ni Kefut Somovani, SST., M.Biomed**

**NIP. 196904211989032001**

**HUBUNGAN ASUPAN NUTRISI DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA  
IBU HAMIL  
DI UPTD PUSKESMAS I DENPASAR TIMUR  
TAHUN 2025**

**ABSTRAK**

Anemia pada ibu hamil merupakan masalah kesehatan yang berdampak pada meningkatnya risiko komplikasi kehamilan dan persalinan. Asupan nutrisi yang tidak adekuat, khususnya protein, buah, dan sayur, menjadi salah satu faktor penyebab anemia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara asupan nutrisi dengan kejadian anemia pada ibu hamil di UPTD Puskesmas I Denpasar Timur. Penelitian menggunakan desain analitik observasional dengan pendekatan *cross sectional* pada 44 ibu hamil yang dipilih melalui *purposive sampling*. Asupan nutrisi diukur menggunakan kuesioner frekuensi konsumsi makanan, sedangkan kadar hemoglobin diukur menggunakan HB stick. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki asupan nutrisi baik (61,4%) dan tidak anemia (72,7%). Uji *Chi-Square* menunjukkan adanya hubungan signifikan antara asupan nutrisi dan kejadian anemia ( $p < 0,05$ ). Simpulan penelitian ini adalah semakin baik asupan nutrisi, semakin rendah risiko anemia pada ibu hamil. Disarankan agar fasilitas kesehatan meningkatkan edukasi gizi kepada ibu hamil untuk mencegah anemia.

Kata kunci : Asupan nutrisi, anemia, ibu hamil.

***THE RELATIONSHIP BETWEEN NUTRITIONAL INTAKE AND THE  
INCIDENCE OF ANEMIA AMONG PREGNANT WOMAN IN PRIMARY  
HEALTH CENTER OF DENPASAR TIMUR DISTRICT 2025***

***ABSTRACT***

*Anemia in pregnant women is a major health problem that increases the risk of pregnancy and childbirth complications. Inadequate nutritional intake, particularly protein, fruits, and vegetables, is one of the contributing factors to anemia. This study aimed to determine the relationship between nutritional intake and the incidence of anemia among pregnant women in primary health center of Denpasar Timur district. This research used an observational analytic design with a cross sectional approach involving 44 pregnant women selected through purposive sampling. Nutritional intake was measured using a food frequency questionnaire, while hemoglobin levels were assessed using an HB stick. Results showed that most respondents had good nutritional intake (61.4%) and were not anemic (72,7%). The Chi-Square test indicated a significant relationship between nutritional intake and anemia ( $p < 0.05$ ). It can be concluded that better nutritional intake is associated with a lower risk of anemia in pregnant women. Health facilities are encouraged to enhance nutrition education to prevent anemia.*

*Keywords: nutrition intake, anemia, pregnant women.*

## RINGKASAN PENELITIAN

### HUBUNGAN ASUPAN NUTRISI DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA IBU HAMIL DI UPTD PUSKESMAS I DENPASAR TIMUR

Anemia pada ibu hamil merupakan salah satu masalah kesehatan utama yang masih banyak ditemukan di fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama. Kondisi ini berhubungan dengan penurunan kadar hemoglobin dalam darah sehingga dapat meningkatkan risiko komplikasi kehamilan, persalinan, dan kesehatan janin. Anemia dapat menyebabkan perdarahan postpartum, persalinan prematur, bayi dengan berat lahir rendah, gangguan tumbuh kembang janin, hingga peningkatan angka kesakitan dan kematian ibu maupun bayi. Salah satu faktor penting yang berkontribusi terhadap terjadinya anemia pada ibu hamil adalah asupan nutrisi yang tidak adekuat, terutama zat besi, protein, buah, dan sayur. Asupan nutrisi yang baik berperan dalam mendukung pembentukan hemoglobin serta menjaga keseimbangan status gizi ibu selama kehamilan.

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara asupan nutrisi dengan kejadian anemia pada ibu hamil di UPTD Puskesmas I Denpasar Timur. Wilayah kerja puskesmas ini dipilih karena memiliki jumlah kunjungan ibu hamil yang cukup tinggi dan angka kejadian anemia yang masih signifikan. Berdasarkan data kunjungan ibu hamil periode Januari–Juli 2025, tercatat bahwa 35% dari 623 ibu hamil mengalami anemia, menunjukkan bahwa masalah ini masih perlu mendapatkan perhatian khusus. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai hubungan pola konsumsi makanan dengan status anemia pada ibu hamil, sehingga dapat digunakan sebagai dasar untuk upaya pencegahan dan penanganan anemia pada tingkat pelayanan kesehatan primer.

Penelitian ini merupakan penelitian analitik observasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Sebanyak 44 responden ibu hamil dipilih melalui teknik *purposive sampling* berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Asupan nutrisi diukur menggunakan kuesioner frekuensi konsumsi makanan yang meliputi konsumsi protein hewani, protein nabati, buah, dan sayur dalam satu bulan terakhir. Setiap kategori frekuensi konsumsi memiliki skor

tertentu yang kemudian dijumlahkan untuk menentukan kategori asupan nutrisi, yaitu baik atau kurang. Sementara itu, status anemia diukur melalui pemeriksaan kadar hemoglobin menggunakan HB stick. Responden dikategorikan anemia apabila memiliki kadar hemoglobin <11 g/dL pada trimester I dan III, dan kadar hemoglobin <10,5 g/dL pada trimester II.

Hasil analisis univariat menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki asupan nutrisi dalam kategori baik, yaitu sebanyak 27 responden (61,4%). Sementara itu, sebanyak 17 responden (38,6%) memiliki kategori asupan nutrisi kurang. Dari hasil pemeriksaan hemoglobin, ditemukan bahwa 12 responden (27,3%) mengalami anemia dan 32 responden (72,7%) tidak mengalami anemia. Analisis lebih lanjut menunjukkan bahwa responden yang memiliki asupan nutrisi kurang cenderung memiliki kadar hemoglobin yang lebih rendah. Responden yang jarang mengonsumsi protein hewani, protein nabati, buah, dan sayur dalam satu bulan terakhir sebagian besar masuk dalam kelompok anemia. Sebaliknya, responden yang rutin mengonsumsi makanan bergizi dengan frekuensi harian atau minimal 3–4 kali per minggu lebih dominan berada pada kelompok tidak anemia.

Berdasarkan hasil analisis bivariat menggunakan uji *Chi-Square*, diperoleh nilai  $p < 0,05$ , yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara asupan nutrisi dengan kejadian anemia pada ibu hamil. Hasil ini mengindikasikan bahwa kualitas dan frekuensi asupan nutrisi memengaruhi kadar hemoglobin ibu hamil. Semakin baik dan semakin sering ibu mengonsumsi makanan bergizi seimbang, semakin kecil kemungkinan terjadinya anemia. Temuan ini sejalan dengan berbagai penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa kekurangan konsumsi protein, zat besi, dan vitamin dapat menghambat pembentukan hemoglobin serta meningkatkan risiko terjadinya anemia pada ibu hamil.

Dalam simpulannya, penelitian ini menegaskan bahwa asupan nutrisi yang adekuat merupakan faktor penting dalam mencegah terjadinya anemia pada ibu hamil. Perbaikan pola makan dengan menambahkan konsumsi protein hewani, protein nabati, buah, dan sayur secara teratur terbukti dapat meningkatkan kadar hemoglobin dan menjaga kesehatan ibu selama kehamilan. Oleh karena itu, tenaga kesehatan diharapkan dapat meningkatkan upaya edukasi gizi, terutama melalui konseling kehamilan dan pemeriksaan *antenatal care* (ANC). Selain itu, fasilitas

kesehatan juga perlu memperkuat program pemantauan status gizi dan anemia pada ibu hamil, termasuk pemberian suplemen zat besi dan vitamin sesuai standar layanan.

Dengan adanya hasil penelitian ini, diharapkan informasi mengenai hubungan asupan nutrisi dan kejadian anemia dapat menjadi dasar dalam perencanaan intervensi gizi yang lebih efektif. Penelitian ini juga dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya. Upaya pencegahan anemia pada ibu hamil sangat penting dilakukan secara holistik, tidak hanya melalui perbaikan asupan nutrisi, tetapi juga melalui peningkatan kualitas pelayanan kesehatan serta dukungan keluarga dan lingkungan sosial. Dengan demikian, risiko komplikasi kehamilan dapat ditekan dan kesehatan ibu serta janin dapat semakin terjamin.

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa karena atas rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyusun dan menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Hubungan Asupan Nutrisi dengan Kejadian Anemia” yang akan dilakukan di Unit Pelaksana Teknis Daerah Puskesmas I Denpasar Timur. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan jenjang Sarjana Terapan Kebidanan di Poltekkes Kemenkes Denpasar.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara asupan nutrisi dengan kejadian anemia pada ibu hamil. Mengingat pentingnya pemenuhan gizi selama kehamilan, diharapkan hasil dari penelitian ini dapat memberikan kontribusi positif dalam upaya pencegahan anemia, khususnya di wilayah kerja UPTD Puskesmas I Denpasar Timur.

Peneliti menyadari skripsi ini dapat diselesaikan berkat bimbingan dan masukan dari berbagai pihak. Melalui kesempatan ini peneliti menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Dr. Sri Rahayu, S.Tr.Kep.,Ns.,S.Tr.Keb. M.Kes sebagai Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar.
2. Ni Ketut Somoyani,SST.,M.Biomed selaku Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Denpasar.
3. Ni Wayan Armini, S.ST.,M.Keb, sebagai Ketua Program Studi Sarjana Terapan Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Denpasar.

4. Dr. Ni Wayan Ariyani, SST., M.Keb, sebagai pembimbing utama yang telah memberikan bimbingan dalam penyelesaian skripsi ini.
5. Drg Regina Tedjasulaksana, M.Biomed, selaku pembimbing pendamping yang telah memberikan bimbingan dalam penyelesaian skripsi ini.
6. Seluruh staf pegawai di Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Denpasar yang telah membantu dalam pengurusan administrasi.
7. UPTD Puskesmas I Denpasar Timur yang telah bersedia memberikan izin serta memfasilitasi selama penelitian.
9. Semua Pihak lain yang tidak bisa peneliti sebutkan satu-persatu yang telah membantu penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis terbuka terhadap segala kritik dan saran yang membangun demi perbaikan di masa mendatang. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak yang berkepentingan dan menjadi langkah awal dalam meningkatkan derajat kesehatan ibu hamil.

Denpasar, Nopember 2025

Penulis

## SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Kadek Sonia Aryanti

Nim : P07124224243

Program Studi : Sarjana Terapan

Jurusan : Kebidanan

Tahun Akademik : 2025

Alamat : Jalan Akasia V No. 17 b, Denpasar Timur

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul Hubungan Asupan Nutrisi Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Tugas Akhir ini bukan karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No.17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, Nopember 2025

Yang membuat pernyataan



Kadek Sonia Aryanti

P07124224243

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PERSETUJUAN .....	iii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iv
ABSTRAK .....	v
<i>ABSTRACT</i> .....	vi
RINGKASAN PENELITIAN .....	vii
KATA PENGANTAR .....	x
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT .....	xii
DAFTAR ISI .....	xiii
DAFTAR TABEL .....	xv
DAFTAR GAMBAR .....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN .....	xvii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	4
C. Tujuan Penelitian .....	4
D. Manfaat Penelitian .....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	6
A. Kehamilan .....	6
B. Anemia .....	10
C. Asupan Nutrisi Pada Ibu Hamil .....	19
D. Pengukuran Konsumsi Makanan.....	20
BAB III KERANGKA KONSEP .....	23
A. Kerangka Konsep .....	23
B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional .....	24
C. Hipotesis .....	25
BAB IV METODE PENELITIAN .....	26
A. Jenis Penelitian .....	26
B. Alur Penelitian .....	27

C. Tempat dan Waktu Penelitian .....	28
D. Populasi dan Sampel Penelitian .....	28
E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data .....	30
F. Pengolahan dan Analisis Data .....	32
G. Etika Penelitian .....	35
<b>BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>37</b>
A. Hasil Penelitian .....	37
B. Pembahasan .....	41
C. Keterbatasan Penelitian .....	46
<b>BAB VI SIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>47</b>
A. Simpulan .....	47
B. Saran .....	47
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>36</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Definisi Operasional .....	24
Tabel 2. Kategori Asupan Nutrisi .....	33
Tabel 3. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur Ibu Hamil .....	38
Tabel 4. Distribusi Responden Frekuensi Asupan Nutrisi .....	38
Tabel 5. Distribusi Responden Berdasarkan Kejadian Anemia .....	39
Tabel 6. Distribusi Kategori .....	39
Tabel 7. Analisis Hubungan Asupan Nutrisi Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil .....	41

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Konsep .....	22
Gambar 2 Alur Penelitian .....	26

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Jadwal Kegiatan Pelaksanaan Penelitian
- Lampiran 2 Rancangan Anggaran Biaya Penelitian
- Lampiran 3 Ethical Approval
- Lampiran 4 Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 5 *Informed Consent*
- Lampiran 6 Instrumen Pengumpulan Data
- Lampiran 7 Hasil Uji Validitas dan Reliabel
- Lampiran 8 Master Tabel
- Lampiran 9 Hasil Olah Data
- Lampiran 10 Dokumentasi