

SKRIPSI
HUBUNGAN TINDAKAN KONSUMSI MAKANAN BERGIZI
PADA IBU HAMIL TRIMESTER III
DENGAN KEJADIAN ANEMIA

**(Studi di Unit Pelaksana Teknis Pusat Kesehatan Masyarakat Nulle,
Kabupaten Timor Tengah Selatan, Provinsi Nusa Tenggara Timur)**



Oleh:

MARTEDA DIANA MAKLEAT M
NIM:P07124225136

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEBIDANAN
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
DENPASAR
2026

SKRIPSI
HUBUNGAN TINDAKAN KONSUMSI MAKANAN BERGIZI
PADA IBU HAMIL TRIMESTER III
DENGAN KEJADIAN ANEMIA

(Studi di Unit Pelaksana Teknis Pusat Kesehatan Masyarakat Nulle,
Kabupaten Timor Tengah Selatan, Provinsi Nusa Tenggara Timur)

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

Oleh:

MARTEDA DIANA MAKLEAT M
NIM:P07124225136

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEBIDANAN
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
DENPASAR
2026

**LEMBAR PERSETUJUAN
SKRIPSI**

**HUBUNGAN TINDAKAN KONSUMSI MAKANAN BERGIZI
PADA IBU HAMIL TRIMESTER III
DENGAN KEJADIAN ANEMIA**

**(Studi di Unit Pelaksana Teknis Pusat Kesehatan Masyarakat Nulle,
Kabupaten Timor Tengah Selatan, Provinsi Nusa Tenggara Timur)**

Oleh:

MARTEDA DIANA MAKLEAT M
NIM: P07124225136.

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama



Ni Komang Erny Astiti, SKM., M. Keb
NIP. 198305082005012002

Pembimbing Pendamping



Bdn. Gusti Ayu Tirtawati, S.Si.T .M.Kes
NIP 197406152006042001

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEBIDANAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR



Bdn. Ni Ketut Somoyani, SST.,M.Biomed
NIP.19690421 198903 2 001

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

HUBUNGAN TINDAKAN KONSUMSI MAKANAN BERGIZI PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DENGAN KEJADIAN ANEMIA

(Studi di Unit Pelaksana Teknis Pusat Kesehatan Masyarakat Nulle,
Kabupaten Timor Tengah Selatan, Provinsi Nusa Tenggara Timur)

Oleh:

MARTEDA DIANA MAKLEAT M
NIM:P07124225136

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PEMBIMBING SEMINAR

PADA HARI : JUMAT

TANGGAL : 29 MEI 2026

TIM PENGUJI

- | | | | |
|---|---|--------------|---|
| 1 | <u>Bdn Ni Made Dwi Mahayati, SST. M.Keb</u> | (Ketua) |  |
| 2 | <u>Ni Komang Erny Astiti, SKM. M.Keb</u> | (Sekretaris) |  |
| 3 | <u>Bdn. Ni Made Dwi Purnamayanti, S.Si.T.,M.Keb</u> | (Anggota) |  |

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEBIDANAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR



Bdn.Ni Ketut Somoyani, SST.,M.Biomed
NIP.19690421 198903 2 001

**HUBUNGAN TINDAKAN KONSUMSI MAKANAN BERGIZI PADA IBU
HAMIL TRIMESTER III DENGAN KEJADIAN ANEMIA
(Studi di Unit Pelaksana Teknis Pusat Kesehatan Masyarakat Nulle,
Kabupaten Timor Tengah Selatan, Provinsi Nusa Tenggara Timur)**

ABSTRAK

Anemia pada ibu hamil merupakan salah satu masalah kesehatan yang dapat meningkatkan risiko komplikasi kehamilan dan persalinan. Salah satu faktor yang dapat memengaruhi kejadian anemia adalah tindakan konsumsi makanan bergizi selama kehamilan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tindakan konsumsi makanan bergizi dengan kejadian anemia pada ibu hamil trimester III di UPT Puskesmas Nulle. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Sampel penelitian berjumlah 37 ibu hamil trimester III yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* pada bulan April 2026. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner dan buku KIA. Analisis data menggunakan analisis univariat dan bivariat dengan uji analisis korelasi Gamma pada tingkat kemaknaan $p < 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tindakan konsumsi makanan bergizi dalam kategori baik (37,9%) dan responden yang tidak anemia sama besar dengan responden yang mengalami anemia sedang (40,5%). Hasil analisis bivariat menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna antara tindakan konsumsi makanan bergizi dengan kejadian anemia pada ibu hamil trimester III (p value $< 0,001$). Tindakan konsumsi makanan bergizi berhubungan dengan kejadian anemia pada ibu hamil trimester III. Ibu hamil diharapkan meningkatkan konsumsi makanan bergizi dan kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah, tenaga kesehatan meningkatkan edukasi kesehatan, dan peneliti selanjutnya diharapkan menambahkan variabel lain yang berhubungan dengan anemia pada ibu hamil.

Kata Kunci: Tindakan; Konsumsi Makanan Bergizi; Anemia; Ibu Hamil Trimester III

**THE RELATIONSHIP BETWEEN BEHAVIOUR REGARDING THE
CONSUMPTION OF NUTRITIOUS FOOD AMONG PREGNANT WOMEN
IN THE THIRD TRIMESTER AND
THE INCIDENCE OF ANAEMIA**

**(A Study at the Nulle Community Health Centre, South Central Timor Regency,
East Nusa Tenggara)**

ABSTRACT

Anaemia pregnancy can increase the risk of complications during pregnancy and childbirth. One factor that may influence the incidence of anaemia is the consumption of nutritious food during pregnancy. This study aimed to determine the relationship between behaviour regarding the consumption of nutritious food, and the incidence of anaemia, among third-trimester pregnant women at the Nulle Community Health Centre. This was a quantitative study using a cross-sectional design. The study sample consisted of 37 respondents, selected using purposive sampling in April 2026. Data were collected using a questionnaire and the KIA (maternal and child health) record book. Data analysis was conducted using univariate and bivariate analysis, with a Gamma correlation test at a significance level of $p < 0.05$. The results of the study showed that the majority of respondents had nutritional intake habits classified as sufficient (37.9%), and that the proportion of respondents without anaemia was equal to that of respondents with moderate anaemia (40.5%). The results of the bivariate analysis showed a significant relationship between nutritional food consumption practices and the incidence of anemia in pregnant women in the third trimester (p value < 0.001). Pregnant women are encouraged to increase their intake of nutritious food and adhere to taking iron supplements. Healthcare professionals should enhance health education, and future researchers are encouraged to include additional variables related to anaemia in pregnant women.

Keywords: Behaviour; Consumption of Nutritious Food; Anaemia; Pregnant Women in the Third Trimester

RINGKASAN PENELITIAN

HUBUNGAN TINDAKAN KONSUMSI MAKANAN BERGIZI PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DENGAN KEJADIAN ANEMIA (Studi di Unit Pelaksana Teknis Pusat Kesehatan Masyarakat Nulle, Kabupaten Timor Tengah Selatan, Provinsi Nusa Tenggara Timur)

Anemia pada ibu hamil merupakan salah satu masalah kesehatan yang masih sering terjadi dan dapat meningkatkan risiko komplikasi pada ibu dan janin. Anemia selama kehamilan dapat menyebabkan perdarahan, persalinan prematur, bayi berat lahir rendah, hingga meningkatkan risiko kematian ibu dan bayi apabila tidak ditangani dengan baik. Salah satu faktor yang dapat memengaruhi kejadian anemia adalah perilaku konsumsi makanan bergizi selama kehamilan. Pemenuhan kebutuhan gizi yang baik sangat penting terutama pada trimester III karena kebutuhan zat besi dan nutrisi meningkat seiring pertumbuhan janin. Kabupaten Timor Tengah Selatan merupakan salah satu wilayah yang masih menghadapi berbagai permasalahan kesehatan ibu, termasuk anemia pada kehamilan. Kondisi sosial ekonomi masyarakat yang sebagian besar bekerja sebagai petani dan peternak, keterbatasan akses terhadap pangan bergizi tertentu, serta adanya kebiasaan dan pantangan makanan selama kehamilan dapat memengaruhi pemenuhan kebutuhan gizi ibu hamil. Oleh karena itu, upaya pencegahan anemia perlu didukung oleh perilaku konsumsi makanan bergizi yang baik selama masa kehamilan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tindakan konsumsi makanan bergizi dengan kejadian anemia pada ibu hamil trimester III di UPT Puskesmas Nulle. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Sampel penelitian berjumlah 37 ibu hamil trimester III yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* yang dilaksanakan pada bulan Mei 2026. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner dan lembar pencatatan kadar hemoglobin. Analisis data menggunakan analisis univariat dan bivariat dengan uji analisis korelasi Gamma pada tingkat kemaknaan $p < 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tindakan konsumsi makanan bergizi dalam kategori baik (37,9%) dan responden yang tidak anemia

sama besar dengan responden yang mengalami anemia sedang (40,5%). Hasil analisis bivariat menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna antara tindakan konsumsi makanan bergizi dengan kejadian anemia pada ibu hamil trimester III (p value <0,001). Temuan penelitian menunjukkan bahwa ibu hamil yang memiliki tindakan konsumsi makanan bergizi yang baik cenderung lebih banyak berada pada kelompok tidak anemia dibandingkan ibu hamil yang memiliki tindakan kurang. Hasil ini menunjukkan bahwa tindakan atau praktik nyata dalam pemenuhan kebutuhan gizi selama kehamilan memiliki peran penting dalam menjaga kadar hemoglobin dan mencegah terjadinya anemia. Penelitian ini menyimpulkan bahwa tindakan konsumsi makanan bergizi berhubungan dengan kejadian anemia pada ibu hamil trimester III. Upaya pencegahan anemia perlu difokuskan pada peningkatan praktik konsumsi makanan bergizi dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah selama kehamilan. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan bagi tenaga kesehatan dalam merencanakan program edukasi gizi dan pencegahan anemia yang lebih menekankan pada perubahan perilaku dan praktik konsumsi makanan bergizi. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya untuk mengkaji faktor-faktor lain yang berpengaruh terhadap kejadian anemia pada ibu hamil. Oleh karena itu, ibu hamil diharapkan meningkatkan konsumsi makanan bergizi dan rutin mengonsumsi tablet tambah darah, tenaga kesehatan meningkatkan edukasi kesehatan kepada ibu hamil, serta peneliti selanjutnya diharapkan dapat menambahkan variabel lain yang berhubungan dengan kejadian anemia pada ibu hamil.

Kata Kunci: Tindakan; Konsumsi Makanan Bergizi; Anemia; Ibu Hamil trimester III

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur peneliti panjatkan ke hadapan Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Tindakan Konsumsi Makanan Bergizi Pada Ibu Hamil Trimester III dengan Kejadian Anemia (Studi di Unit Pelaksana Teknis Pusat Kesehatan Masyarakat Nulle, Kabupaten Timor Tengah Selatan, Provinsi Nusa Tenggara Timur)” tepat pada waktunya. Skripsi ini diajukan untuk memenuhi memenuhi salah satu syarat menyelesaikan mata kuliah skripsi jurusan kebidanan program studi sarjana terapan kebidanan

Peneliti menyadari sepenuhnya bahwa skripsi dapat diselesaikan tepat waktu dengan adanya bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dalam kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Dr Erika Yulita Ichwan , SST, M. Keb, selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar atas kesempatan untuk menempuh pendidikan pada Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan.
2. Bdn .Ni Ketut Somoyani, SST.,M. Biomed, selaku Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Denpasar atas kesempatan dan izin yang telah diberikan untuk menyusun usulan skripsi.
3. Bdn Ni Wayan Armini, SST., M.Keb, selaku Kaprodi Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan untuk menyelesaikan skripsi.
4. Ni Komang Erny Astiti. SKM., M.Keb selaku dosen pembimbing utama yang dengan penuh kesabaran telah meluangkan waktu, memberikan bimbingan, arahan, serta ilmu yang sangat berharga bagi penulis selama penyusunan skripsi ini dari awal hingga selesai."
5. Bdn. Gusti Ayu Tirtawati, S.Si.T .M.Kes selaku pembimbing pendamping, terima kasih yang mendalam atas segala ilmu, keramahan, bimbingan, dan motivasi yang telah diberikan kepada penulis selama proses penyusunan tugas akhir ini."
6. Bdn. Ni Made Dwi Mahayati. SST.M.Keb selaku ketua pembahas yang telah meluangkan waktu untuk menguji, serta memberikan banyak saran dan masukan yang sangat berharga demi perbaikan dan kesempurnaan skripsi ini."

7. Ban Ni Made Dwi Purnamayanti , S.Si.T.M.Keb selaku anggota pembahas yang telah memberikan koreksi mendalam, saran, dan kritik membangun demi kesempurnaan skripsi ini
8. Kepala UPT Puskesmas Nulle, yang telah memberikan ijin dalam penelitian ini
9. Kepala UPT Puskesmas Tetaf, yang telah memberikan ijin dalam uji penyusunan instrument dalam penelitian ini
10. Suamiku tersayang, terima kasih atas doa dan dukungan tanpa batas yang menguatkan langkahku. Untuk ke-empat buah hatiku tercinta, tawa ceria dan pelukan kalian adalah obat paling ampuh penawar lelah Mama . Terima kasih telah menjadi alasan terbesar Mama untuk menyelesaikan perjuangan ini.
11. Teristimewa untuk keluarga tercinta, Bapa Sayang dan Mama Sayang , terima kasih atas doa tulus yang tiada henti, kasih sayang tanpa syarat, serta pengorbanan yang tak ternilai. Serta untuk adik-adikku tersayang, , terima kasih telah menjadi penghibur, pemberi semangat, dan warna di dalam rumah yang selalu membuat penulis termotivasi untuk segera menyelesaikan studi ini."
12. Rekan-rekan sejawat tercinta, Bidan Puskesmas Nulle dan Bidan Puskesmas Tetaf terima kasih telah menjadi *support system* yang luar biasa, pemberi motivasi di kala jenuh, serta ruang berbagi keluh kesah selama proses penyusunan skripsi ini
13. Apresiasi terbesar untuk diriku sendiri “ Marteda Diana Makleat M” yang telah mampu melangkah sejauh ini, mengalahkan rasa takut, dan tetap tangguh berdiri menyelesaikan tanggung jawab ini dengan sangat baik.
14. Semua pihak yang telah membantu dalam proses penyusunan skripsi ini. Mengingat keterbatasan pengetahuan yang peneliti miliki, tentunya penyusunan skripsi ini jauh dari kesempurnaan. Peneliti mengharapkan saran maupun kritikan yang membangun dari semua pihak, demi kesempurnaan usulan skripsi

Denpasar, Mei 2026

Penulis

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Marteda Diana Makleat M

NIM : P07124225136

Program Studi : Sarjana Terapan

Jurusan : Kebidanan

Tahun Akademik : 2025/2026

Alamat : NOMBHONIC RT/LW DIS/005 KEL NOMBHONIS KEC. KOTA SOE
KAB. TTS PROVINSI NTT

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul "Hubungan Tindakan Konsumsi Makanan Bergizi Pada Ibu Hamil Trimester III dengan kejadian Anemia " 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, Mei 2026

Yang membuat pernyataan



Marteda Diana Makleat M

P07124225136

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
ABSTRAK.....	v
ABSTRACT	vi
RINGKASAN PENELITIAN.....	vii
KATAPENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Konsep Kehamilan	9
1. Definisi Kehamilan.....	9
2. Kehamilan Trimester III	9
B. Makanan Bergizi Ibu Hamil.....	12
1. Definisi Makanan Bergizi Ibu Hamil.....	12
2. Kebutuhan Gizi pada Kehamilan Trimester III.....	14
C. Anemia pada Kehamilan.....	15
1. Definisi Anemia pada Kehamilan	15
2. Tanda dan Gejala Anemia pada Kehamilan.....	16
3. Klasifikasi Anemia	17
4. Penyebab Anemia pada Kehamilan.....	19
5. Faktor Risiko Anemia pada Kehamilan.....	22

6. Dampak Anemia pada Kehamilan.....	24
D. Konsep Dasar Pengetahuan.....	25
1. Definisi Pengetahuan	25
2. Tingkat Pengetahuan	26
3. Faktor –faktor yang mempengaruhi pengetahuan	27
4. Pengukuran Pengetahuan.....	29
E. Konsep Sikap	30
1. Definisi Sikap.....	30
2. Tingkatan sikap	30
3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Sikap	31
F. Tindakan	33
1. Pengertian Tindakan.....	33
2. Domain Tindakan.....	33
G. Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Tindakan.....	34
BAB III KERANGKA KONSEP.....	36
A. Kerangka Konsep	36
B. Variabel dan definisi operasional variabel.....	38
1. Variabel Penelitian	38
2. Definisi Operasional	38
C. Hipotesa Penelitian.....	39
BAB IV METODE PENELITIAN	40
A. Jenis dan Desain Penelitian	40
B. Alur Penelitian	40
C. Tempat dan Waktu Penelitian	41
D. Populasi dan Sampel.....	41
1. Unit analisis	41
2. Populasi	41
3. Sampel	41
4. Jumlah dan besar sampel	42
5. Teknik Pengambilan Sampel.....	43
E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data.....	43
1. Jenis data yang dikumpulkan	43

2. Cara pengumpulan data	44
3. Instrumen pengumpul data	44
4. Uji Validitas dan Reliabilitas	46
F. Pengolahan dan Analisis Data	47
1. Pengolahan data	47
2. Analisis data	49
G. Etika Penelitian	50
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	53
A. Hasil	53
1. Kondisi Lokasi Penelitian	53
2. Karakteristik Subjek Penelitian	55
3. Hasil Pengamatan Terhadap Subjek Penelitian Berdasarkan Variabel Penelitian	56
4. Hubungan Tindakan Konsumsi Makanan Bergizi dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil Trimester III di UPT Puskesmas Nulle	57
B. Pembahasan	58
C. Keterbatasan Penelitian	63
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN	64
A. Simpulan	64
B. Saran	64
Daftar Pustaka	66
LAMPIRAN	71

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Kebutuhan Gizi Ibu Hamil	14
Tabel 2	Kenaikan Berat Badan Selama Kehamilan sesuai IMT Prakehamilan.....	15
Tabel 3	Klasifikasi anemia berdasarkan derajatnya	18
Tabel 4	Definisi Operasional.....	39
Tabel 5	Hasil Uji Validitas Kuesioner Tindakan Konsumsi Makanan Bergizi	46
Tabel 6	Karakteristik Subjek Penelitian.....	55
Tabel 7	Gambaran Tindakan Konsumsi Makanan Bergizi pada Ibu Hamil	56
Tabel 8	Gambaran Kejadian Anemia pada Ibu Hamil Trimester III di UPT Puskesmas Nulle	57
Tabel 9	Hubungan Tindakan Konsumsi Makanan Bergizi dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil Trimester III di UPT Puskesmas Nulle.....	57

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Isi Piringku, Anjuran Konsumsi Pangan pada Setiap Waktu Makan (Makan pagi, makan siang, dan makan sore/malam).....	13
Gambar 2 Kerangka Konsep.....	36
Gambar 3 Alur Penelitian	41

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Penelitian	72
Lampiran 2 Rencana Anggaran Penelitian.....	74
Lampiran 3 Persetujuan Etik.....	75
Lampiran 4 Surat Permohonan Izin Penelitian.....	77
Lampiran 5 Izin Penelitian.....	78
Lampiran 6 Surat Keterangan Selesai Penelitian.....	79
Lampiran 8 Surat Permohonan Uji Instrumen	80
Lampiran 8 Surat Keterangan Selesai Uji Instrumen	81
Lampiran 9 Informed Consent	82
Lampiran 10 Kisi-Kisi Kuesioner	84
Lampiran 11 Kuesioner Penelitian	85
Lampiran 12 Kunci Jawaban Kuesioner Penelitian.....	87
Lampiran 13 Hasil SPSS.....	88
Lampiran 14 Lembar Bimbingan	90
Lampiran 15 Dokumentasi.....	91
Lampiran 16 Turnitin	92