KARYA TULIS ILMIAH

GAMBARAN ASUPAN ZAT GIZI DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA IBU HAMIL DI DESA RUMAH TIGA

Sebagai Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Diploma III Kesehatan Pada
Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Maluku

Disusun Oleh :

EUNIKE ANANDA TUWATANASSY
NIM: P07131023041

PROGRAM STUDI D-III GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTRIAN KESEHATAN MALUKU
AMBON 2026

Dipindai dengan CamScanner

HALAMAN PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah oleh Eunike Ananda Tuwatanassy, NIM : P07131023041, Dengan judul "Gambaran Asupan Zat Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Desa Rumah Tiga" telah di pertahankan di hadapan dewan penguji pada tanggal, 03 Juni 2026

Dewan Penguji

Penguji Ketua

Michran Marsaoly, SKM.,M.Kes
NIP : 197407011998032002

Anggota

Penguji Anggota II

Muhamad Asrar, SKM.,MPH
NIP : 196907271991031002

Penguji Anggota III

Nilfar Ruaida, SKM.,MPH
NIP : 197406061997032001

Mengesahkan
Direktur Politeknik Kesehatan
Kemenkes Maluku

Dr. Betty A. Sahertian,S.Pd.,M.Kes
NIP. 19710751991032007

Mengetahui
Ketua Jurusan Gizi

Santi Aprilian Lestaluhu,S.Gz.,M.P.H
NIP. 198104092005012003

Dipindai dengan CamScanner

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada kehadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis akhirnya dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan baik, yang berjudul **"Gambaran Asupan Zat Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Desa Rumah Tiga"** sebagai salah satu syarat menyelesaikan Pendidikan Diploma III Jurusan Gizi Poltekes Kemenkes Maluku.

Pada kesempatan ini, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pembimbing, **Nilfar Ruaida, SKM.,MPH.** yang telah mengorbankan waktu, tenaga, pikiran dalam membimbing sehingga Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan.

Pada kesempatan ini juga penulis tidak lupa mengucapkan banyak terima kasih kepada yang terhormat:

1. Dr. Betty A. Sahertian, S.Pd.,M.Kes selaku Direktur Politeknik Kementrian Kesehatan Maluku yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti pendidikan pada Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Maluku.
2. S. Ridwan Para, S.STP,M.TR.I.P selaku Kepala Desa Rumah Tiga yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian di Desa Rumah Tiga.
3. Santi Aprilian Lestaluhu, S.Gz.,M.P.H selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Maluku yang telah memberikan motivasi dan arahan selama mengikuti pendidikan.
4. Seluruh Staf Dosen Politeknik Kesehatan Kemenkes Maluku Jurusan Gizi yang selama ini banyak menyumbangkan ilmu pengetahuan kepada penulis.
5. Kepada Penguji I, Michran Marsaoly, SKM.,M.Kes ucapan terima kasih penulis sampaikan atas waktu, kesediaan, serta masukan, kritik, dan saran yang konstruktif selama proses ujian KTI.

Dipindai dengan CamScanner

6. Kepada Penguji II, Muhamad Asrar, SKM.,MPH ucapan terima kasih sampaikan atas waktu, kesediaan, serta masukan, kritik, dan saran yang konstruktif selama proses ujian Karya Tulis Ilmiah.
7. Untuk Kedua Orang Tua Tercinta Cornelis Tuwatanassy dan Jacomina N Istia. Sumber kekuatan, inspirasi, dan pilar utama dalam hidup penulis. Terima kasih tak terhingga atas doa, kasih sayang, cinta, dukungan, dan motivasi tanpa henti yang selalu mengiringi setiap langkah penulis selama menuntut ilmu. Penulis menyadari bahwa segala pencapaian ini adalah perwujudan dari keringat dan pengorbanan yang tiada tara. Terima kasih telah menjadi orang tua terbaik seumur hidupku.
8. Yang Teristimewa dan penuh kasih, kepada Kakak-kakak tersayang: Kaka Jepo, Thomy, Hans, Monica, dan Koce. Terima kasih tak terhingga atas dukungan, motivasi, semangat, cinta, perhatian, dan kasih sayang, yang senantiasa menjadi sumber kekuatan terbesar penulis untuk menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah.
9. Teman Seperjuangan yang sudah saya anggap seperti saudara perempuan. Monalisa Istia dan Vani Filaumaly yang telah menempuh masa-masa sulit dan bahagia bersama, kalian adalah *support system* terbaik, rekan diskusi tak kenal lelah. Terimakasih atas saling berbagi ilmu dan motivasi yang tak pernah padam untuk segera menyelesaikan KTI
10. Teruntuk sahabat tercantikku Putri Finly Batkormbawa yang selalu menemani, memberi motivasi dan semangat luar biasa dari penulis SMK hingga saat ini. Terimkasih atas bentuk perhatian serta menjadi pendengar yang terbaik penulis.

Semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat bagi pembaca, dan kita semua.

Ambon, Mei 2026

Penulis

Dipindai dengan CamScanner

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL.....i
HALAMAN PENGESAHAN.....ii
KATA PENGANTAR.....iii
DAFTAR ISI.....v
DAFTAR TABEL.....vi
DAFTAR LAMPIRAN.....vii
ABSTRAK.....viii
BAB I PENDAHULUAN.....1

A. Latar Belakang.....1
B. Rumusan Masalah.....3
C. Tujuan Penelitian.....3
D. Manfaat Penelitian.....4

BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....5

A. Landasan Teori.....5
B. Kerangka Konsep.....13

BAB III METODE PENELITIAN.....14

A. Jenis Penelitian.....14
B. Waktu dan Lokasi Penelitian.....14
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....14
D. Variabel dan Definisi Operasional.....15
E. Cara Pengumpulan Data.....17
F. Bahan/Instrumen Penelitian.....17
G. Cara Pengolahan dan Analisa Data.....17
H. Penyajian Data.....18

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....18

A. Hasil Penelitian.....19
B. Pembahasan.....19

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....20

A. Kesimpulan.....21
B. Saran.....22

DAFTAR PUSTAKA
LAMPIRAN

Dipindai dengan CamScanner

DAFTAR TABEL

Tabel

		Halaman
1.	Variabel dan Defisiensi Operasional	13
2.	Distribusi Karakteristik Berdasarkan Usia	15
3.	Distribusi Karakteristik Berdasarkan Pendidikan	16
4.	Distribusi Asupan Energi Ibu Hamil	16
5.	Distribusi Asupan Zat Bezi Ibu Hamil	17
6.	Distribusi Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil	17

Dipindai dengan CamScanner

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran **Halaman**

1. Lembar persetujuan responden 27
2. Food Recall 3x24 jam 28
3. Master table 31
4. Surat izin penelitian pengambilan data awal 32
5. Surat Penelitian 33
6. Dokumentasi kegiatan 34

Dipindai dengan CamScanner

ABSTRAK

GAMBARAN ASUPAN ZAT GIZI DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA IBU HAMIL DI DESA RUMAH TIGA

Eunike Ananda Tuwatanassy*) Nilfar Ruaida)**

Latar belakang: Anemia pada ibu hamil masih menjadi masalah kesehatan yang dapat meningkatkan risiko komplikasi pada ibu dan janin. Salah satu faktor yang memengaruhi kejadian anemia adalah asupan zat gizi, terutama energi, protein, dan zat besi. Pemenuhan kebutuhan zat gizi selama kehamilan sangat penting untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan janin serta menjaga kesehatan ibu.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran asupan zat gizi dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Desa Rumah Tiga.

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yang dilaksanakan di Desa Rumah Tiga pada bulan April 2026. Sampel penelitian berjumlah 25 ibu hamil yang dipilih menggunakan teknik *total sampling*. Data zat gizi diperoleh melalui metode *food recall* 3×24 jam, sedangkan data anemia diperoleh melalui pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb) menggunakan alat Hb analyzer. Analisis data dilakukan secara univariat dan disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi dan persentase.

Hasil: Sebagian besar responden berada pada kelompok usia 20–29 tahun (60%) dan berpendidikan terakhir SMA (56%). Asupan energi responden sebagian besar berada pada kategori normal (60%), sedangkan asupan protein sebagian besar mengalami defisit berat (44%). Asupan zat besi menunjukkan 44% responden berada pada kategori normal dan 56% mengalami defisit. Hasil pemeriksaan kadar hemoglobin menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil tidak mengalami anemia sebanyak 23 orang (92%), sedangkan yang mengalami anemia sebanyak 2 orang (8%).

Kesimpulan: Sebagian besar ibu hamil di Desa Rumah Tiga memiliki asupan protein dan zat besi yang masih kurang, namun mayoritas tidak mengalami anemia. Diperlukan upaya edukasi gizi dan peningkatan konsumsi makanan sumber protein serta zat besi untuk mencegah terjadinya anemia selama kehamilan.

Kata kunci : Asupan Zat Gizi, Anemia, Ibu Hamil,

*) Mahasiswa Jurusan Gizi (Penulis)

**) Dosen Jurusan Gizi (Pembimbing)

Dipindai dengan CamScanner