

**HUBUNGAN ASUPAN ZAT BESI DENGAN KEJADIAN
ANEMIA PADA IBU HAMIL DI PUSKESMAS
SAMBAU KOTA BATAM**



Skripsi ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan untuk Menyelesaikan Program
Studi Sarjana Gizi

SKRIPSI

Dellya Pusvita

NIM : 616081522007

**PROGRAM STUDI SARJANA GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
INSTITUT KESEHATAN MITRA BUNDA**

2026

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga Penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Hubungan Asupan Zat Besi Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Sambau Kota Batam”** sebagai salah satu persyaratan akademis dalam rangka menyelesaikan kuliah di Program Studi Sarjana Gizi Institut Kesehatan Mitra Bunda.

Terima kasih dan penghargaan saya sampaikan pula kepada yang terhormat:

1. Bapak Henri Minit selaku Pembina Yayasan Harapan Bunda
2. Dr. Hj.Gusnawati S.Tr. Keb., MKM selaku Ketua Yayasan Harapan Bunda Batam.
3. Dr. Nelli Roza, S.Kp., M.Kes., MM selaku Rektor Institut Kesehatan Mitra Bunda.
4. Dr. Ns. Didi Yunaspi., M.Kep, CMC selaku Wakil Rektor I Bidang Akademik dan Kemahasiswaan.
5. Dr. Roza Erda., SKM, MM, MKM selaku Wakil Rektor II Bidang Keuangan dan Kepegawaian.
6. Dr. Dessy., SS, M.Pd selaku Wakil Rektor III Bidang Administrasi, Kerjasama dan Perencana sekaligus selaku dosen penguji 2.
7. Haqqelni Nur Rosyidah, S. Gz., M. Kes, selaku Ketua Program Studi Sarjana Gizi Institut Kesehatan Mitra Bunda sekaligus selaku dosen pembimbing II.
8. Siska pratiwi., S.Gz. M.P.H selaku Sekretaris Program Studi Sarjana Gizi sekaligus selaku dosen penguji 2.
9. Herviana, S. Gz., M. Gz selaku dosen pembimbing I.
10. Seluruh dosen dan staf Program Studi Sarjana Gizi Institut Kesehatan Mitra Bunda yang telah mengajar, memberikan ilmu, mendidik dan membina selama penulis menempuh pendidikan Sarjana Gizi.
11. Teristimewa untuk kedua orang tua tercinta, Ayahanda Saupi dan Ibunda Sunarti. Terima kasih atas segala doa, kasih sayang, pengorbanan, kerja

keras, serta dukungan yang tiada henti hingga anak bungsumu dapat sampai di tahap ini. Untuk ayah, terima kasih telah menjadi sosok yang mengajarkan arti kekuatan dan kerja keras. Untuk ibu, terima kasih telah menjadi sumber kekuatan, doa, dan kasih sayang tanpa batas. Segala yang ayah dan ibu berikan tidak akan pernah mampu terbalaskan. *Nyawaku nyala karenamu.*

12. Kepada kedua kakak dan abang saya, Mega Sasnita dan Zurriyatul Khairi yang saya sayangi, terima kasih selalu mendoakan, dukungan baik secara moril maupun materil yang diberikan kepada saya sehingga saya mampu menyelesaikan studi hingga sarjana.
13. Kepada keponakan tercinta Yecenia Alisha Humaira Lee yang saya panggil dedek, terima kasih atas kelucuan-kelucuan dedek yang membuat saya semangat dan selalu membuat senang. Sehingga saya semangat untuk mengerjakan skripsi ini hingga selesai.
14. Untuk diri saya sendiri, Dellya Pusvita. Terima kasih telah bertahan, berjuang, dan melewati setiap tantangan hingga sampai di titik ini. Bangga atas setiap langkah dan pencapaian yang telah diraih. Jangan pernah menyia-nyiakan setiap usaha dan doa yang telah dilantikan. Berbahagialah dengan dirimu, karena Allah selalu menyiapkan jalan dan porsi terbaik dalam perjalanan hidupmu.
15. Teman-teman Program Studi Sarjana Gizi angkatan 2022 Institut Kesehatan Mitra Bunda yang senantiasa memberikan semangat, dukungan, serta menemani penulis dalam menjalani dan menyelesaikan pendidikan.

Batam, 14 September 2026

Penulis

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dellya Pusvita

NIM : 616081522007

Judul : Hubungan Asupan Zat Besi dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Puskesmas Sambau Kota Batam.

Program Studi : Sarjana Gizi

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Institusi : Institut Kesehatan Mitra Bunda

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini adalah benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri dan bukan merupakan pengambilan alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya skui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Skripsi ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi baik skripsi maupun gelar sarjana saya dibatalkan serta diproses sesuai perundang-undangan yang berlaku.

Selanjutnya publikasi sebagian atau keseluruhan isi skripsi pada jurnal atau forum ilmiah harus menyertakan tim pembimbing sebagai author dan Institut Kesehatan Mitra Bunda sebagai afiliasi. Apabila saya melakukan pelanggaran dari ketentuan publikasi, maka saya bersedia mendapatkan sanksi akademik yang berlaku.

Batam, 19 September 2026

Pembuat Pernyataan



Dellya Pusvita

NIM : 616081522007

PERYANTAAAN PERSETUJUAN

Judul Penelitian : Hubungan Asupan Zat Besi dengan Kejadian Anemia
pada Ibu Hamil di Puskesmas Sambau Kota Batam
Nama Mahasiswa : Delya Pusvita
NIM : 616081522007

Skripsi ini telah diperiksa, telah disetujui dan akan telah dipertahankan dihadapan
tim penguji skripsi Institut Kesehatan Mitra Bunda.

Batam, 19 September 2026

Pembimbing I



Herviana, S. Gz., M. Gz

Pembimbing II



Haqqelni Nur Rosyidah, S.Gz., M.Kes

Mengetahui,
Program Studi Sarjana Gizi

Ketua,



Haqqelni Nur Rosyidah, S. Gz., M. Kes



PENGESAHAN

Skripsi ini Telah Dipertahankan dan Telah Diperbaiki Sesuai dengan Masukan

Dewan Penguji Skripsi

Program Studi Sarjana Gizi

Institut Kesehatan Mitra Bunda

Pada Tanggal 19 September 2026

Mengesahkan

Program Studi Sarjana Gizi

Institut Kesehatan Mitra Bunda

Pembimbing I

Herviana, S. Gz., M. Gz

Pembimbing II

Haqqelni Nur Rosyidah, S.Gz., M.Kes

Penguji I

Siska Pratiwi, S.Gz., M.P.H

Penguji II

Dr. Desy., SS, M.Pd

Mengetahui,

Program Studi Sarjana Gizi

Ketua,

Haqqelni Nur Rosyidah, S. Gz., M. Kes

RIWAYAT HIDUP



A. IDENTITAS DIRI

1. Nama Lengkap : Dellya Pusvita
2. NIM : 616081522007
3. Tempat Lahir : Seluan
4. Tanggal Lahir : 02 Desember 2003
5. Jenis Kelamin : Perempuan
6. Alamat Rumah : JL. Dayang Senandi Seluan
7. Alamat Email : delllllllly02@gmail.com
8. Telepon
 - a. HP : 082283650643
 - b. Orang Tua : 081268083837

B. RIWAYAT PENDIDIKAN

1. Pendidikan SD di SDN 004 Seluan, lulus tahun di 2016
2. Pendidikan SLTP di MTs Al-Arofah, lulus tahun di 2019
3. Pendidikan SLTA di MAN 1 Natuna, lulus tahun di 2022

C. RIWAYAT ORGANISASI

1. Informasi dan komunikasi himpunan mahasiswa gizi periode 2024-2025

Batam, 14 September 2026

Dellya Pusvita

NIM : 61608152200

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	2
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	4
PERYANTAAAN PERSETUJUAN.....	5
DAFTAR ISI.....	iii
DAFTAR TABEL.....	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN.....	viii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.3.1 Tujuan Umum.....	6
1.3.2 Tujuan Khusus.....	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	6
1.4.2 Manfaat Praktis.....	6
1.5 Keaslian Penelitian.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	13
2.1 Anemia Pada Ibu Hamil.....	13
2.1.1 Definisi Anemia Pada Ibu Hamil.....	13
2.1.2 Karakteristik Ibu Hamil.....	13
2.1.3 Kebutuhan Gizi Ibu Hamil.....	17
2.2 Konsep Anemia Pada Ibu Hamil.....	22
2.2.1 Faktor-Faktor Penyebab Anemia Pada Ibu Hamil.....	22
2.2.3 Dampak Anemia Pada Ibu Hamil.....	25
2.2.4 Patofisiologi Anemia Pada Ibu Hamil.....	26
2.2.5 Penatalaksanaan Anemia Pada Ibu Hamil.....	28
2.3 Asupan Zat Besi.....	30
2.3.1 Definisi Zat Besi.....	30
2.3.2 Sumber Pangan Zat Besi.....	31

2.3.3 Akibat Kekurangan Zat Besi	31
2.4 Hubungan Asupan Zat Besi dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil ..	32
2.5 Pengukuran Konsumsi Pangan dengan Kuesioner SQ-FFQ.....	34
2.5.1 Definisi SQ-FFQ.....	34
2.5.2 Kelebihan Metode SQ-FFQ.....	35
2.5.3 Kekurangan Metode SQ-FFQ.....	36
2.6 Kerangka Konseptual Penelitian.....	36
2.7 Hipotesis	37
BAB III METODE PENELITIAN.....	38
3.1 Jenis dan Rancangan Penelitian	38
3.2 Populasi dan Sampel Penelitian	38
3.2.1 Populasi.....	38
3.2.2 Sampel.....	39
3.2.3 Besar Sampel	39
3.2.4 Instrumen Penelitian	41
3.3 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	41
3.3.1 Lokasi Penelitian.....	41
3.3.2 Waktu Penelitian	42
3.4 Variabel Penelitian	42
3.5 Kerangka Kerja Penelitian.....	42
3.6 Prosedur Penelitian	43
3.7 Pengumpulan Data	43
3.8 Pengolahan dan Analisis Data.....	45
3.9 Definisi Operasional	46
3.10 Erika Penelitian.....	47
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	49
4.1 Gambaran Umum.....	49
4.2 Hasil Penelitian	51
4.2.1 Analisis Univariat.....	51
4.2.1.1 Usia Kehamilan	51
4.2.1.2 Tingkat Pendidikan.....	51
4.2.2 Analisis Bivariat.....	54
4.3 Pembahasan Hasil Penelitian	55
4.3.1 Asupan Zat Besi	55

4.3.2 Kejadian Anemia.....	57
4.3.3 Hubungan Asupan Zat Besi dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil.....	60
4.5 Keterbatasan Penelitian.....	65
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	65
5.1 Kesimpulan.....	65
5.2 Saran.....	65
DAFTAR PUSTAKA.....	67

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian.....	6
Tabel 2.1 Kebutuhan Asupan Zat Besi Ibu Hamil.....	18
Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	40
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Ibu Hamil Menurut Usia Kehamilan di Puskesmas Sambau Kota Batam.....	49
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Tingkat Pendidikan Ibu Hamil di Puskesmas Sambau Kota Batam.....	50
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Asupan Zat Besi Ibu Hamil di Puskesmas Sambau Kota Batam.....	51
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Puskesmas Sambau Kota Batam.....	51
Tabel 4.4 Hubungan Asupan Zat Besi dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Puskesmas Sambau Kota Batam.....	52

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual.....	31
Gambar 3.1 Kerangka Kerja Penelitian.....	37

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Permohonan Menjadi Responden.....	69
Lampiran 2. Lembar Persetujuan Menjadi Responden.....	70
Lampiran 3. Kuesioner Observasi Karakteristik Responden dan Hasil Pemeriksaan hemoglobin.....	71
Lampiran 4. Surat Izin Pengambilan Data Awal dari Dinas Kesehatan Kota Batam.....	72
Lampiran 5. Surat Izin Pengambilan Data dari Puskesmas Sambau Kota Batam.....	73
Lampiran 6. Surat Izin Penelitian.....	74
Lampiran 7. Surat Balasan Izin Penelitian.....	75
Lampiran 8. Surat Permohonan Persetujuan Etik.....	76
Lampiran 9. Surat Izin Komite Etik.....	77
Lampiran 10. Data Jumlah dan Persentase Komplikasi Kebidanan Tahun 2024.....	78
Lampiran 11. Data Cakupan Sasaran Posyandu Bulan Mei 2026.....	79
Lampiran 12. Kuesioner SQ-FFQ.....	80
Lampiran 13. Master Tabel.....	82
Lampiran 14. Hasil Analisis Asupan Zat Besi Menggunakan Nutrisurvey.....	83
Lampiran 15. Rata-rata kadar Hb dan Asupan Zat Besi Ibu Hamil.....	87
Lampiran 16. Hasil Analisis Frekuensi.....	88
Lampiran 17. Hasil Analisis Hubungan Asupan Zat Besi dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil.....	89
Lampiran 18. Buku Bimbingan Tugas Akhir.....	90

DAFTAR ISTILAH

AKG (Angka Kecukupan Gizi) : Angka Kecukupan Gizi adalah nilai kebutuhan rata-rata zat gizi yang diperlukan oleh seseorang berdasarkan kelompok umur, jenis kelamin, dan kondisi fisiologis untuk mencapai kesehatan yang optimal.

ANC (Antenatal Care) : Antenatal Care adalah pelayanan kesehatan untuk ibu selama masa kehamilan untuk melihat kesehatan ibu dan janin serta mendeteksi secara dini adanya masalah atau komplikasi kehamilan.

BBLR (Berat Badan Lahir Rendah) : Berat Badan Lahir Rendah adalah kondisi bayi yang lahir dengan berat badan kurang dari 2.500 gram tanpa memperhatikan usia kehamilan.

Fe (Ferrum/Zat Besi) : Fe atau zat besi adalah mineral yang berperan penting dalam pembentukan hemoglobin dan membantu mengangkut oksigen ke seluruh tubuh.

Hb (Hemoglobin) : Hemoglobin adalah protein yang terdapat dalam sel darah merah dan berfungsi mengikat serta mengangkut oksigen ke seluruh tubuh.

KEK (Kekurangan Energi Kronis) : Kekurangan Energi Kronis adalah kondisi kekurangan asupan energi dan protein dalam jangka waktu yang cukup lama yang dapat menyebabkan masalah gizi, termasuk pada ibu hamil.

Puskesmas (Pusat Kesehatan Masyarakat) : Puskesmas merupakan fasilitas kesehatan tingkat pertama yang melaksanakan berbagai kegiatan dalam bidang kesehatan masyarakat serta memberikan pelayanan kesehatan kepada individu sesuai dengan wilayah kerja yang menjadi tanggung jawabnya.

Riskesdas (Riset Kesehatan Dasar) : Riset Kesehatan Dasar adalah kegiatan penelitian berskala nasional yang dilakukan untuk memperoleh gambaran mengenai status kesehatan dan faktor yang memengaruhi kesehatan masyarakat Indonesia.

SKI (Survei Kesehatan Indonesia) : Survei Kesehatan Indonesia adalah survei kesehatan berskala nasional yang memberikan gambaran mengenai

kondisi kesehatan masyarakat Indonesia serta berbagai faktor yang berkaitan dengan kesehatan.

SQ-FFQ (Semi-Quantitative Food Frequency Questionnaire) : SQ-FFQ adalah metode pengukuran konsumsi makanan yang digunakan untuk mengetahui jenis makanan, jumlah konsumsi, serta perkiraan banyak makanan yang dimakan dalam periode tertentu.

TTD (Tablet Tambah Darah) : Tablet Tambah Darah adalah suplemen zat besi yang diperuntukkan bagi ibu selama masa kehamilan untuk membantu memenuhi kebutuhan zat besi serta mencegah anemia.

WHO (World Health Organization) : World Health Organization adalah organisasi kesehatan dunia yang berperan dalam mengoordinasikan dan memberikan pedoman terkait berbagai masalah kesehatan secara global, termasuk pencegahan dan penanggulangan anemia.