

Hubungan Jarak Kehamilan Ibu Dengan Kejadian Anemia Di Puskesmas Kencong Kabupaten Jember

Hani Pramita¹, Rani Safitri²

^{1,2}Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr. Soepraoen

Corresponding Author: hanipramita123@gmail.com

Published: July, 2025

ABSTRACT

Anemia in pregnant women is a national health concern that reflects the socioeconomic conditions of a population and has a significant impact on the quality of human resources. This condition poses a high risk to both maternal and fetal health, thus requiring serious attention from healthcare providers. According to the World Health Organization (WHO), anemia occurs when hemoglobin levels or the number of red blood cells fall below the normal range. At Kencong Community Health Center in Jember Regency, pregnant women with interpregnancy intervals of less than two years showed a higher tendency to experience anemia and pregnancy-related complications. This study applied a correlational design with a cross-sectional approach, involving a population of 83 pregnant women, from which 32 participants were selected using purposive sampling. Data were collected using observation sheets and checklists, then analyzed using the Chi-Square test. The results revealed that all pregnant women with interpregnancy intervals of less than two years were anemic, while no cases of anemia were found among those with spacing of more than two years. A p-value of 0.000 indicated a highly significant relationship between pregnancy spacing and the incidence of anemia. Therefore, it is recommended that women maintain a minimum two-year interval between pregnancies to allow for nutritional recovery and to prevent anemia in subsequent pregnancies.

Keywords: Pregnancy Interval, Anemia, Pregnant Women

PENDAHULUAN

Anemia selama kehamilan merupakan masalah kesehatan nasional yang mencerminkan status sosial ekonomi suatu penduduk dan secara signifikan mempengaruhi kualitas sumber daya manusia. Ini dikategorikan sebagai "potensi bahaya bagi ibu dan anak" karena dampaknya yang serius terhadap kesehatan ibu dan janin, sehingga membutuhkan perhatian serius dari semua tingkat layanan kesehatan, terutama di tingkat perawatan primer (Setyowati & Sarwoko, 2018). Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), anemia didefinisikan sebagai kondisi di mana konsentrasi hemoglobin atau jumlah sel darah merah turun di bawah ambang batas normal. Kadar hemoglobin yang optimal dipengaruhi oleh beberapa faktor termasuk usia, jenis kelamin, ketinggian tempat tinggal, kebiasaan merokok, dan status kehamilan (WHO, 2022). Pada wanita hamil, anemia merupakan perhatian kritis karena terkait erat dengan risiko kematian ibu (Ruhayati et al., 2023). Kondisi ini juga telah diamati di Puskesmas Kencong, Kecamatan Jember, di mana wanita dengan interval kehamilan antar kehamilan kurang dari dua tahun menunjukkan kerentanan yang lebih tinggi terhadap anemia. Jarak kelahiran yang pendek telah dikaitkan dengan peningkatan risiko komplikasi

seperti perdarahan pascapersalinan, kelahiran prematur, dan berat badan lahir rendah (BKKBN, 2013). Oleh karena itu, penting untuk menyelidiki hubungan antara jarak kelahiran dan anemia dalam konteks ini.

Secara global, anemia ibu tetap menjadi tantangan utama dalam mencapai Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (SDGs) terkait kesehatan. WHO memperkirakan bahwa sekitar 32% wanita hamil di seluruh dunia menderita anemia (WHO, 2024). Di Indonesia, Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 menemukan bahwa 27,7% ibu hamil mengalami anemia, dengan prevalensi tertinggi pada kelompok usia 35–44 tahun (39,6%), diikuti oleh kelompok usia 25–34 (31,4%) (Kemenkes RI, 2023). Profil Kesehatan Jawa Timur 2023 melaporkan bahwa 62.225 dari 588.048 ibu hamil (10,6%) mengalami anemia di provinsi tersebut, dengan Kabupaten Jember menyumbang 7.795 kasus (21,3%) di antara 36.627 ibu hamil (Dinkes Jatim, 2023).

Anemia selama kehamilan bukanlah insiden yang terisolasi melainkan hasil dari akumulasi faktor risiko dari waktu ke waktu. Salah satu kontributor utama adalah kehamilan yang berjarak dekat. Sistem reproduksi ibu mungkin belum pulih sepenuhnya, dan cadangan zat besi mungkin belum dipulihkan secara memadai, membuat ibu lebih rentan terhadap anemia (Mappaware et al., 2020). Selama kehamilan, tubuh membutuhkan lebih banyak zat besi secara signifikan untuk mendukung perluasan volume darah, pertumbuhan janin, dan perkembangan plasenta. Jika kehamilan berikutnya terjadi terlalu cepat, biasanya sebelum 18-24 bulan, ibu mungkin kekurangan waktu yang cukup untuk membangun kembali simpanan zat besi ini (Proverawati, 2018). Risiko ini meningkat dengan status gizi yang buruk, pengetahuan yang terbatas tentang kesehatan reproduksi, atau ketidakpatuhan terhadap suplementasi zat besi. Jika tidak ditangani, anemia dapat menyebabkan kelelahan parah, infeksi pascapersalinan, dan bahkan kematian ibu atau neonatal (Prawirohardjo, 2018).

Beberapa strategi dapat diterapkan untuk mengatasi masalah ini. Dari perspektif kesehatan, peningkatan pendidikan tentang jarak kelahiran yang optimal (minimal dua tahun) harus diintegrasikan ke dalam program keluarga berencana. Tenaga kesehatan seperti bidan dan konselor keluarga berencana harus secara aktif memberikan informasi yang komprehensif tentang risiko interval kelahiran yang pendek dan mendorong penggunaan kontrasepsi yang tepat (Putri & Hastina, 2020). Selain itu, ibu hamil harus dididik tentang pentingnya nutrisi yang tepat, terutama asupan zat besi, dan kepatuhan terhadap suplementasi tablet zat besi. Pemerintah daerah harus memperluas cakupan suplementasi zat besi dan menyediakan skrining hemoglobin rutin untuk deteksi dini. Terakhir, kolaborasi lintas sektor—termasuk pendidikan dan pemberdayaan keluarga—sangat penting untuk memperkuat kesadaran masyarakat akan kesehatan ibu dan perencanaan kehamilan yang ideal.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian korelasional dengan pendekatan cross-sectional, memanfaatkan sumber data primer dan sekunder. Populasi penelitian meliputi seluruh ibu hamil yang terdaftar di Puskesmas Kencong, Kabupaten Jember, selama Mei 2025, berjumlah 83 individu. Teknik purposive sampling digunakan untuk memilih 32 responden yang memenuhi kriteria inklusi.

Variabel yang diperiksa adalah interval kehamilan antar, yang didefinisikan sebagai rentang waktu antara kehamilan saat ini dan sebelumnya, dan kejadian anemia, yang dikategorikan berdasarkan apakah wanita hamil didiagnosis menderita anemia atau tidak. Pengumpulan data melibatkan dua instrumen: formulir daftar Periksa yang digunakan untuk mengumpulkan informasi tentang interval kehamilan melalui wawancara langsung dengan peserta, dan lembar observasi yang digunakan untuk menilai status anemia berdasarkan data rekam medis dari puskesmas. Analisis data dilakukan dalam dua tahap. Analisis univariat dilakukan untuk menggambarkan distribusi variabel independen (jarak kehamilan) dan variabel dependen (kejadian anemia). Analisis bivariat kemudian digunakan untuk menentukan hubungan antara kedua variabel tersebut, menggunakan uji statistik Chi-Square. Tingkat signifikansi $\alpha < 0,05$ diterapkan. Jika nilai p yang dihasilkan kurang dari 0,05, hipotesis diterima, menunjukkan hubungan yang signifikan secara statistik antara jarak kehamilan dan anemia. Sebaliknya, nilai p yang lebih besar dari 0,05 menyebabkan penolakan hipotesis, yang menandakan tidak ada hubungan yang signifikan antara kedua variabel.

HASIL PENELITIAN

Hasil Identifikasi Karakteristik Responden

Tabel 1. Profil Responden Berdasarkan Karakteristik Individu

No.	Karakteristik Responden	n	(%)
1.	Umur :		
	< 20 tahun	2	6,3
	20-40 tahun	30	93,8
	41-60 tahun	0	0,0
2.	Pendidikan :		
	SD	2	6,3
	SMP	5	15,6
	SMA	20	62,5
	Diploma/sarjana	5	15,6
3.	Penghasilan :		
	< 2.000.000	14	43,8
	> 2.000.000	11	34,4
	> 3.000.000	2	6,3
	1.000.000-1.500.000	2	6,3
	500.000-1.000.000	3	9,4
4.	Trimester Kehamilan :		
	1		
	2	10	31,3
	3	9	28,1
		13	40,6

No.	Karakteristik Responden	n	(%)
5.	Jumlah Anak :		
	1	12	37,5
	2	17	53,1
	3	3	9,4

Berdasarkan tabel 1 di atas. hasil penelitian di Puskesmas Kencong Kabupaten Jember terhadap 32 responden, diketahui bahwa mayoritas ibu hamil, yaitu sebanyak 30 orang (93,8%), berada pada rentang usia reproduktif sehat 20–40 tahun. Sebanyak 20 responden (62,5%) memiliki tingkat pendidikan terakhir SMA, dan 14 ibu hamil (43,8%) memiliki penghasilan di bawah Rp 2.000.000. Selain itu, 13 ibu (40,6%) berada pada trimester ketiga kehamilan, serta 17 ibu hamil (53,1%) tercatat telah memiliki dua anak.

Hasil Identifikasi Jarak Kehamilan

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Jarak Kehamilan

No	Jarak Kehamilan	n	(%)
1.	< 2 tahun	18	56,2
2.	> 2 tahun	14	43,8
Jumlah		32	100,0

Berdasarkan tabel 2, hasil penelitian di Puskesmas Kencong Kabupaten Jember, diketahui bahwa sebanyak 56,2% atau 18 orang ibu hamil memiliki jarak kehamilan kurang dari dua tahun.

Hasil Identifikasi Kejadian Anemia

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil

No	Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil	n	(%)
1.	Anemia	18	56,2
2.	Tidak anemia	14	43,8
Jumlah		32	100,0

Berdasarkan tabel 3, hasil penelitian di Puskesmas Kencong Kabupaten Jember, diketahui bahwa sebanyak 56,2% atau 18 dari 32 ibu hamil mengalami anemia.

Menganalisa Hubungan Jarak Kehamilan Ibu Dengan Kejadian Anemia

Tabel 4. Korelasi Antara Jarak Kehamilan dan Status Anemia pada Ibu Hamil

No	Jarak kehamilan	Kejadian anemia				Total	
		Anemia		Tidak anemia			
		n	%	n	%	n	%
1.	< 2 tahun	18	56,2	0	0,0	18	56,2
2.	> 2 tahun	0	0,0	14	43,8	14	43,8
Jumlah		18	56,2	14	43,8	32	100
Chi Square : 0,000							

Penelitian yang dilakukan di Puskesmas Kencong di Kabupaten Jember mengungkapkan korelasi yang kuat antara interval kehamilan yang singkat (kurang dari dua tahun) dan peningkatan risiko anemia pada ibu hamil. Dari 32 peserta, semua 18 wanita (56,3%) dengan jarak kehamilan kurang dari dua tahun ditemukan anemia. Sebaliknya, tidak satu pun dari 14 wanita (43,8%) yang kehamilannya berjarak lebih dari dua tahun menunjukkan tanda-tanda anemia.

PEMBAHASAN

Penelitian yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Kencong, Kabupaten Jember, melibatkan 32 ibu hamil sebagai responden. Hasil analisis menunjukkan bahwa sebanyak 56,2% (18 orang) di antaranya memiliki jarak kehamilan kurang dari dua tahun. Persentase yang sama, yakni 56,2% atau 18 responden, juga tercatat mengalami anemia. Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan Pearson Chi-Square, diperoleh nilai p sebesar 0,000, yang menunjukkan adanya hubungan yang sangat signifikan antara jarak kehamilan dengan kejadian anemia. Temuan ini mengindikasikan bahwa jarak antar kehamilan yang terlalu pendek menjadi faktor risiko penting terhadap terjadinya anemia pada ibu hamil.

Secara biologis, keterkaitan tersebut dapat dijelaskan melalui mekanisme penurunan cadangan nutrisi pada tubuh ibu yang belum pulih sepenuhnya setelah kehamilan dan masa menyusui sebelumnya. Kehamilan merupakan kondisi yang menuntut peningkatan kebutuhan nutrisi, khususnya zat besi, asam folat, dan vitamin B12. Zat besi memiliki peran penting dalam pembentukan hemoglobin yang berfungsi mengangkut oksigen ke jaringan tubuh ibu maupun janin. Pada masa kehamilan, volume darah ibu meningkat sekitar 50%, sehingga kebutuhan zat besi juga meningkat tajam. Setelah melahirkan, kehilangan darah saat persalinan turut mengurangi cadangan zat besi, ditambah kebutuhan nutrisi selama menyusui.

Apabila kehamilan berikutnya terjadi dalam kurun waktu kurang dari dua tahun, tubuh ibu tidak memiliki cukup waktu untuk mengembalikan cadangan nutrisi—terutama zat besi—ke tingkat optimal, yang umumnya membutuhkan waktu 18 hingga 24 bulan. Kondisi ini menyebabkan ibu memasuki masa kehamilan baru dalam keadaan kekurangan nutrisi, terutama zat besi, sehingga menghambat proses pembentukan sel darah merah. Akibatnya, kadar hemoglobin dalam darah turun di bawah angka normal (<11 g/dL), dan ibu mengalami anemia.

Faktor lain yang memperparah kondisi ini adalah beban fisiologis berulang pada sistem reproduksi ibu. Kehamilan yang berdekatan menyebabkan rahim tidak memiliki waktu cukup untuk mengembalikan ketebalan lapisan endometrium (dinding rahim) yang sehat, yang penting untuk mendukung implantasi janin dan pertumbuhan plasenta. Ketidakseimbangan hormon, seperti progesteron dan estrogen, yang belum stabil pasca-persalinan, juga dapat mengganggu proses

kehamilan berikutnya. Stres pada sistem endokrin ini memperlambat kemampuan tubuh untuk menyerap dan mendistribusikan nutrisi secara optimal, sehingga defisiensi zat besi dan anemia semakin sulit dihindari. Hal ini dapat dijelaskan secara fisiologis karena tubuh ibu belum memiliki cukup waktu untuk memulihkan kembali cadangan zat besi, nutrisi, dan kondisi kesehatan secara keseluruhan dari kehamilan sebelumnya. Kondisi ini berdampak langsung pada penurunan kadar hemoglobin selama kehamilan berikutnya. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Zuliyantri dan Krisdiyanti (2022), yang juga menemukan hubungan signifikan antara jarak kehamilan <2 tahun dengan tingginya kejadian anemia ibu hamil. Begitu pula pada penelitian Ruhayati et al. (2023), meskipun tidak ditemukan hubungan signifikan secara statistik, proporsi ibu dengan jarak kehamilan berisiko tetap dominan dalam kelompok anemia, menandakan pentingnya pengawasan jarak kehamilan dalam mencegah gangguan kesehatan ibu. Dengan demikian, pembatasan jarak kehamilan minimal dua tahun dapat menjadi strategi penting dalam upaya pencegahan anemia pada ibu hamil, terutama di wilayah dengan tingkat kepatuhan konsumsi suplemen dan akses informasi yang masih terbatas.

KESIMPULAN

Temuan penelitian ini menunjukkan hubungan yang sangat signifikan antara interval kehamilan antara kurang dari dua tahun dan kejadian anemia pada wanita hamil. Semua responden dengan jarak kehamilan lebih pendek dari dua tahun didiagnosis dengan anemia, sementara tidak ada kasus anemia yang ditemukan di antara mereka yang kehamilannya berjarak lebih dari dua tahun. Analisis statistik menggunakan uji Chi-Square menghasilkan nilai $p = 0,000$, mengkonfirmasi kekuatan dan signifikansi hubungan antara kedua variabel. Secara fisiologis, kondisi ini sebagian besar dikaitkan dengan kekurangan zat besi dan pemulihan cadangan nutrisi ibu yang tidak lengkap, yang selanjutnya diperparah oleh tekanan berulang pada sistem reproduksi dan endokrin. Berdasarkan hasil tersebut, disarankan agar wanita mempertahankan interval minimal dua tahun antara kehamilan untuk mengurangi risiko anemia.

DAFTAR PUSTAKA

- BKKBN. 2013. *Pedoman Umum Keluarga Berencana*. Jakarta: BKKBN.
- Dinkes Provinsi Jawa Timur. 2023. *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur 2023*. Provinsi Jawa Timur.
- Kemenkes RI. 2021. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2021*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta
- Mappaware, N., Muchlis, N., & Samsualam. 2020. *Kesehatan Ibu dan Anak*. Yogyakarta: CV Budi Utama.
- Pratiwi, L., & Nawangsari, H. 2020. *Modul Ajar dan Praktikum Keperawatan Maternitas*. Jawa Barat: CV Jejak.
- Prawirohardjo, S. 2018. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: P.T Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Proverawati, A. 2018. *Anemia dan Anemia Kehamilan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Putri, Y., & Hastina, E. 2020. *Asuhan Keperawatan Maternitas*. Jawa Tengah: CV Pena Persada.
- Qomarasari, D., & Pratiwi, L. 2023. Hubungan umur kehamilan, paritas, status KEK dan tingkat pendidikan ibu dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Klinik El'Mozza Kota Depok. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 14(2).
- Ruhayati, S., Setyowati, S., & Djanah, N. 2023. Hubungan Status Gizi dan Jarak Kehamilan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Mantrijeron Kota Yogyakarta. *Jurnal Gizi Ilmiah*, 10(2), 26–34.
- Ruhayati, S., Setyowati, S., & Djannah, N. 2023. Hubungan Status Gizi dan Jarak Kehamilan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Mantrijeron Kota Yogyakarta. *Jurnal Gizi Ilmiah*.
- Setyowati, A., & Sarwoko. 2018. Hubungan Cara Mengkonsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Anemia Ibu Hamil. *Jurnal Kebidanan*.
- Zahra, W., Nauval, I., Dewi, T. P., Rajuddin, R., & Marisa, M. 2022. Hubungan kelengkapan konsumsi Fe dan status gizi terhadap kejadian anemia pada ibu hamil di kota Banda Aceh. *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala*, 22(1).
- Zuliyanti, N. I., & Krisdiyanti. 2022. Hubungan Jarak Kehamilan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Bagelen Kabupaten Purworejo. *Jurnal Komunikasi Kesehatan*, XIII(1), 1–7.