

BAB VI

PEMBAHASAN

Pada bab ini diuraikan dan dikaji secara mendalam hasil interpretasi data penelitian, sekaligus pembahasan mengenai korelasi antara Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dengan prevalensi anemia pada ibu hamil di Puskesmas Umbulsari. Beberapa aspek yang akan disajikan meliputi penjelasan hasil penelitian beserta implikasinya terhadap bidang keperawatan. Selain itu, keterbatasan penelitian juga diuraikan sebagai bahan evaluasi bagi penelitian selanjutnya.

A. Interpretasi dan Diskusi Hasil

A. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Umbulsari

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Umbulsari menunjukkan capaian yang berbeda pada setiap indikator. Indikator yang paling dominan dengan rata-rata tertinggi adalah cuci tangan pakai sabun, diikuti oleh penggunaan jamban sehat, penggunaan air bersih, konsumsi buah dan sayur, sedangkan indikator dengan nilai rata-rata terendah adalah tidak merokok di dalam rumah. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kebiasaan mencuci tangan menggunakan sabun merupakan perilaku yang paling banyak diterapkan oleh ibu hamil, sedangkan

upaya menciptakan lingkungan rumah bebas asap rokok masih menjadi indikator yang paling rendah.

Indikator cuci tangan pakai sabun menjadi indikator yang paling dominan. Hasil ini memperlihatkan bahwa mayoritas ibu hamil telah memiliki kebiasaan mencuci tangan dengan sabun sebelum makan, setelah dari toilet, maupun setelah melakukan aktivitas yang berpotensi menimbulkan kontaminasi. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, kebiasaan mencuci tangan dengan sabun merupakan salah satu indikator utama PHBS karena dapat memutus rantai penularan penyakit infeksi melalui tangan. Selain itu, WHO juga menegaskan bahwa mencuci tangan dengan sabun merupakan intervensi sederhana namun efektif dalam menurunkan angka kejadian infeksi saluran cerna maupun infeksi lainnya. Pada ibu hamil, kebiasaan tersebut memegang peranan penting dalam memelihara kesehatan ibu dan janin, sehingga risiko terjadinya gangguan kesehatan yang dapat memengaruhi status gizi maupun kadar hemoglobin dapat diminimalkan.

Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian Saraswati et al., (2025) yang mengungkapkan bahwa edukasi kesehatan mengenai personal hygiene mampu meningkatkan perilaku cuci tangan pada ibu hamil. Peningkatan perilaku tersebut berkontribusi terhadap pencegahan penyakit infeksi selama kehamilan.

Menurut peneliti indikator cuci tangan pakai sabun kemungkinan dipengaruhi oleh meningkatnya pengetahuan ibu hamil yang diperoleh melalui pelayanan antenatal care (ANC), penyuluhan kesehatan, serta kebiasaan masyarakat setelah pandemi COVID-19 yang menjadikan cuci tangan sebagai bagian dari aktivitas sehari-hari. Kondisi tersebut memperlihatkan bahwa penyuluhan PHBS yang disampaikan oleh tenaga kesehatan telah memberikan pengaruh positif terhadap perubahan perilaku ibu hamil.

Indikator kedua yang memperoleh nilai rata rata tinggi adalah penggunaan jamban sehat. Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas responden telah menggunakan fasilitas sanitasi yang layak. Menurut Kementerian Kesehatan RI, penggunaan jamban sehat dapat mencegah pencemaran lingkungan serta menurunkan risiko penularan penyakit berbasis lingkungan, termasuk infeksi saluran pencernaan dan kecacingan. Infeksi tersebut dapat mengganggu penyerapan zat gizi sehingga secara tidak langsung meningkatkan risiko terjadinya anemia pada ibu hamil.

Penelitian ini selaras dengan Ali et al., (2024) menunjukkan bahwa akses terhadap sanitasi yang layak berhubungan dengan berkurangnya kejadian anemia pada ibu hamil. Lingkungan yang memiliki sanitasi baik mampu mengurangi paparan mikroorganisme

penyebab penyakit sehingga kondisi kesehatan ibu selama kehamilan dapat lebih terjaga.

Besarnya angka pemanfaatan jamban sehat mengindikasikan bahwa sebagian besar keluarga responden telah menyadari pentingnya menggunakan sarana sanitasi yang layak. Kondisi ini menjadi salah satu faktor pendukung terciptanya lingkungan yang sehat bagi ibu hamil.

Indikator selanjutnya adalah penggunaan air bersih. Hasil tersebut mengindikasikan bahwa sebagian besar responden telah memanfaatkan air bersih guna memenuhi kebutuhan sehari-hari, seperti minum, memasak, dan menjaga kebersihan diri. Menurut WHO, penggunaan air bersih menjadi salah satu kebutuhan dasar yang amat penting dalam upaya pencegahan penyakit berbasis lingkungan. Air yang memenuhi syarat kesehatan mampu mengurangi risiko infeksi saluran pencernaan maupun penyakit lainnya yang dapat memengaruhi status gizi ibu hamil. Meskipun penggunaan air bersih tergolong baik, masih terdapat beberapa ibu hamil yang belum sepenuhnya memanfaatkan sumber air yang memenuhi syarat kesehatan. Oleh karena itu, edukasi mengenai penggunaan air bersih dan pengelolaan air rumah tangga tetap perlu ditingkatkan.

Hasan et al., (2024) turut menerangkan bahwa terdapat kaitan antara kualitas air bersih dengan kejadian anemia pada ibu

hamil, mengingat pemakaian air yang belum memenuhi persyaratan kesehatan berpotensi meningkatkan risiko infeksi yang pada akhirnya dapat mengganggu proses penyerapan zat besi dalam tubuh.

Selanjutnya di ikuti oleh Indikator konsumsi buah dan sayur. Indikator tersebut menunjukkan bahwa konsumsi buah dan sayur oleh ibu hamil masih belum optimal dibandingkan indikator lainnya. Menurut teori gizi kehamilan, buah dan sayur merupakan sumber vitamin C, asam folat, dan berbagai mikronutrien yang membantu meningkatkan penyerapan zat besi sehingga berperan dalam pembentukan hemoglobin.

Penelitian Freitas-Costa et al., (2025) mengungkapkan bahwa kecukupan konsumsi buah dan sayur mampu membantu menekan risiko anemia pada ibu hamil melalui peningkatan penyerapan zat besi serta terpenuhinya kebutuhan mikronutrien selama masa kehamilan. Sundari, O. M., Azza, A., & Kholifah, S. (2024) melaporkan perilaku konsumsi nutrisi dengan kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Sukorambi Jember menunjukkan bahwa perilaku kesehatan selama kehamilan, khususnya yang berkaitan dengan pemenuhan nutrisi, berperan dalam menjaga kadar hemoglobin dan menurunkan risiko terjadinya anemia

Rendahnya nilai rata-rata konsumsi buah dan sayur kemungkinan dipengaruhi oleh kebiasaan makan keluarga, tingkat ekonomi, maupun kurangnya variasi menu harian. Oleh sebab itu, diperlukan promosi kesehatan terkait pentingnya konsumsi pangan bergizi seimbang sepanjang kehamilan, guna memastikan kebutuhan zat gizi bagi ibu maupun janin dapat terpenuhi secara optimal.

Pada Indikator tidak merokok di dalam rumah memperoleh rata-rata paling rendah. Hasil ini mengindikasikan bahwa masih ada ibu hamil yang tinggal di lingkungan rumah dengan paparan asap rokok. Menurut WHO, paparan asap rokok pada ibu hamil dapat mengganggu proses pengangkutan oksigen dalam darah, memperbesar stres oksidatif, serta memengaruhi kesehatan ibu dan janin. Di samping itu, paparan asap rokok turut dapat memperberat kondisi anemia yang dialami ibu hamil.

Penelitian Deng et al., (2024) Hasil tersebut mengindikasikan bahwa ibu hamil yang mengalami paparan asap rokok secara langsung di lingkungan tempat tinggalnya cenderung memiliki peluang yang lebih tinggi untuk mengalami anemia, jika dibandingkan dengan ibu hamil yang tinggal di lingkungan yang relatif bebas dari paparan asap rokok.

Menurut Pandangan Peneliti indikator tidak merokok di dalam rumah kemungkinan disebabkan karena perilaku merokok lebih banyak dilakukan oleh suami atau anggota keluarga lainnya

sehingga ibu hamil tidak memiliki kendali penuh terhadap kondisi lingkungan rumahnya. berbagai upaya untuk meningkatkan PHBS sebaiknya tidak hanya diarahkan atau ditujukan kepada ibu hamil semata, melainkan juga perlu turut melibatkan seluruh anggota keluarga yang ada di rumah, melalui pemberian edukasi maupun penyuluhan yang berkaitan dengan bahaya paparan asap rokok bagi kesehatan selama masa kehamilan berlangsung.

B. Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Umbulsari

Merujuk pada hasil penelitian terhadap 111 ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Umbulsari, diketahui bahwa 84 di antaranya tidak mengalami anemia, sedangkan 27 responden lainnya mengalami anemia berdasarkan hasil pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb). Hasil tersebut mengindikasikan bahwa sebagian besar ibu hamil memiliki kadar hemoglobin dalam rentang normal, namun masih terdapat hampir seperempat responden yang mengalami anemia sehingga kondisi ini tetap menjadi masalah kesehatan yang perlu mendapat perhatian.

Menurut World Health Organization, yang dimaksud dengan anemia pada ibu hamil adalah kondisi ketika kadar hemoglobin (Hb) berada di bawah 11 g/dL. Selama masa kehamilan berlangsung, kebutuhan akan zat besi mengalami peningkatan guna mendukung terbentuknya sel darah merah, pertumbuhan janin dan plasenta, serta

bertambahnya volume darah pada ibu. Jika kebutuhan zat besi tersebut tidak dapat terpenuhi, ibu hamil pun berisiko mengalami anemia yang dapat menimbulkan dampak buruk, baik bagi kesehatan ibu maupun janin yang dikandungnya.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menerangkan bahwa anemia pada ibu hamil masih menjadi salah satu persoalan kesehatan masyarakat di Indonesia. Anemia selama masa kehamilan dapat meningkatkan risiko terjadinya perdarahan saat persalinan, kelahiran yang terjadi terlalu dini, bayi yang lahir dengan berat badan rendah (BBLR), terhambatnya pertumbuhan janin, hingga bertambahnya angka kesakitan dan kematian, baik pada ibu maupun bayi. Oleh karena itu, upaya pencegahan anemia dilakukan melalui pemeriksaan kehamilan secara rutin, pemberian tablet tambah darah, edukasi gizi, serta pemantauan kadar hemoglobin selama masa kehamilan.

Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian Abd Rahman et al., (2022) melaporkan bahwa mayoritas ibu hamil tidak mengalami anemia karena secara rutin melakukan pemeriksaan antenatal care (ANC), memperoleh tablet tambah darah, serta memiliki wawasan yang memadai terkait pemenuhan kebutuhan gizi sepanjang masa kehamilan. Pelayanan ANC yang optimal berperan penting dalam mendeteksi secara dini serta mencegah terjadinya anemia pada ibu hamil.

Pandangan peneliti mengenai besarnya presentase ibu hamil yang tidak mengalami anemia kemungkinan dipengaruhi oleh aktifnya pelayanan antenatal care (ANC) di Puskesmas Umbulsari. Melalui pelayanan tersebut, ibu hamil memperoleh pemeriksaan kadar hemoglobin secara berkala, pemberian tablet tambah darah, konseling mengenai gizi selama kehamilan, serta edukasi terkait pentingnya dalam menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Program-program tersebut diduga berkontribusi terhadap terjaganya kadar hemoglobin pada sebagian besar responden. Namun demikian, masih ditemukannya ibu hamil yang mengalami anemia menunjukkan bahwa upaya pencegahan masih perlu ditingkatkan.

Menurut peneliti, kondisi tersebut diduga dipengaruhi oleh sejumlah faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini, seperti kepatuhan konsumsi tablet tambah darah, pola makan, kecukupan asupan zat besi, usia kehamilan, paritas, status gizi, maupun kondisi sosial ekonomi keluarga. Oleh sebab itu, dibutuhkan sinergi antara tenaga kesehatan, ibu hamil, dan keluarga dalam meningkatkan kepatuhan terhadap program pencegahan anemia, agar prevalensi anemia pada ibu hamil dapat terus ditekan.

C. Hubungan Perilaku Hidup Bersih dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Umbulsari

Kecenderungan bahwa semakin baik penerapan PHBS, semakin tinggi pula proporsi ibu hamil yang tidak mengalami anemia dan sebaliknya, semakin rendah penerapan PHBS, semakin besar proporsi ibu hamil yang mengalami anemia dapat terlihat dari hasil tabulasi silang. Pada kelompok ibu hamil dengan kategori PHBS baik, sebanyak 56 responden tercatat tidak mengalami anemia, sementara hanya 6 responden yang mengalaminya. Pada kelompok dengan kategori PHBS cukup, tidak mengalami anemia dialami oleh 6 responden, sedangkan 3 responden lainnya mengalami anemia. Adapun pada kelompok dengan kategori PHBS kurang, terdapat 22 responden yang tidak mengalami anemia, sementara 18 responden lainnya mengalami anemia.

Hasil analisis bivariat dengan menggunakan uji Chi-Square menunjukkan nilai *p-value* sebesar 0,000, yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Umbulsari. Dengan demikian, hipotesis diterima, yang menandakan bahwa semakin optimal penerapan PHBS maka semakin rendah pula kemungkinan ibu hamil mengalami anemia.

Pandangan peneliti, adanya hubungan yang bermakna antara PHBS dengan kejadian anemia dalam penelitian ini mengindikasikan bahwa perilaku hidup bersih dan sehat menjadi salah satu faktor penting dalam menjaga kesehatan ibu hamil. Ibu

hamil yang menjalankan PHBS secara baik cenderung memiliki kebiasaan menjaga kebersihan diri, menggunakan sarana sanitasi yang layak, mengonsumsi makanan bergizi, serta menghindari faktor risiko yang dapat mengganggu kesehatan selama kehamilan. Kondisi tersebut mendukung penyerapan zat besi, mengurangi kejadian infeksi, dan turut membantu mempertahankan kadar hemoglobin agar tetap stabil, sehingga peluang terjadinya anemia menjadi semakin minim.

Peneliti berpendapat bahwa kejadian anemia pada ibu hamil tidak hanya ditentukan oleh PHBS semata. Sejumlah faktor lain yang tidak turut dianalisis dalam penelitian ini juga masih perlu dipertimbangkan, seperti kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah (Fe), kecukupan asupan zat besi, status gizi, usia kehamilan, paritas, penyakit infeksi, tingkat pendidikan, serta kondisi sosial ekonomi keluarga. Karena itu, tindakan pencegahan anemia perlu diupayakan secara komprehensif, melalui peningkatan PHBS, edukasi gizi, kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah, serta pemeriksaan kehamilan secara rutin, guna menjaga kesehatan ibu dan janin.

B. Keterbatasan Penelitian

Peneliti telah menjalankan penelitian ini sesuai dengan kaidah ilmiah yang telah ditetapkan. Meskipun demikian, terdapat beberapa

keterbatasan dalam penelitian tetap dapat mempengaruhi hasil penelitian, di antaranya sebagai berikut:

1. Pengukuran kadar hemoglobin tidak dilaksanakan secara serentak pada seluruh ibu hamil. Kondisi ini terjadi karena pemeriksaan Hb di wilayah kerja Puskesmas Umbulsari dilakukan sesuai jadwal pelayanan antenatal dan pertimbangan klinis dari bidan wilayah, sehingga tidak semua ibu hamil memiliki hasil pemeriksaan Hb pada saat pengambilan data penelitian. Untuk mengatasi hal tersebut, peneliti melakukan koordinasi dengan bidan wilayah dan melakukan konfirmasi lanjutan kepada ibu hamil yang telah mendapatkan rujukan pemeriksaan Hb agar data kejadian anemia tetap dapat diperoleh.
2. Penelitian hanya memfokuskan pada hubungan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dengan kejadian anemia. Karena ruang lingkup penelitian yang dibatasi pada satu variabel independen utama, sehingga faktor-faktor lain yang juga dapat memengaruhi kejadian anemia, seperti kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah, status gizi, penyakit infeksi, asupan zat besi, paritas, dan kondisi sosial ekonomi belum dianalisis secara mendalam dalam penelitian ini.

C. Implikasi Penelitian

1. Implikasi Bagi Puskesmas

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) memiliki keterkaitan dengan kejadian anemia pada ibu hamil. Temuan ini memberikan masukan bagi Puskesmas Umbulsari bahwa penerapan PHBS dapat dimanfaatkan sebagai salah satu indikator dalam upaya pencegahan anemia pada ibu hamil. Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat dijadikan dasar dalam pengembangan program promosi kesehatan serta deteksi dini anemia pada pelayanan antenatal.

2. Implikasi Bagi Ibu Hamil

Penelitian ini mengindikasikan bahwa Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) memiliki keterkaitan dengan kejadian anemia pada ibu hamil. Temuan ini memberikan gambaran bagi Puskesmas Umbulsari bahwa penerapan PHBS dapat dimanfaatkan sebagai salah satu indikator dalam usaha pencegahan anemia pada ibu hamil. Di samping itu, hasil penelitian ini juga dapat dijadikan landasan dalam pengembangan program promosi kesehatan serta deteksi dini anemia pada pelayanan antenatal.

3. Implikasi Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini menambah bukti ilmiah mengenai hubungan PHBS dengan kejadian anemia pada ibu hamil dan dapat dimanfaatkan sebagai acuan referensi dalam pengembangan peneliti selanjutnya. Penelitian ini juga membuka peluang untuk mengkaji faktor lainnya yang berhubungan dengan anemia pada ibu hamil sehingga diperoleh gambaran yang lebih komprehensif.