

SKRIPSI

**HUBUNGAN POLA MAKAN, RIWAYAT KEHAMILAN, DAN
KEPATUHAN KONSUMSI TABLET FE DENGAN KADAR HB
IBU HAMIL DI PUSKESMAS TANJUNG MORAWA**



MUFIDAH

P01031222158

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN GIZI
PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
2026**

**HUBUNGAN POLA MAKAN, RIWAYAT KEHAMILAN, DAN
KEPATUHAN KONSUMSI TABLET FE DENGAN KADAR HB
IBU HAMIL DI PUSKESMAS TANJUNG MORAWA**

Skripsi

Skripsi diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi
dan memperoleh gelar Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika
Pada Program Studi D-IV Jurusan Gizi
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



**MUFIDAH
P01031222158**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN GIZI
PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
2026**

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

HUBUNGAN POLA MAKAN, RIWAYAT KEHAMILAN, DAN
KEPATUHI KONSUMSI TABLET FE DENGAN KADAR HB
IBU HAMIL DI PUSKESMAS TANJUNG MORAWA

Diusulkan oleh :

MUFIDAH

P01031222158

Telah disetujui di Lubuk Pakam

Pada tanggal 28 Agustus 2026

Pembimbing Utama,



Sri Heriyanto, SST, MKM, RD

NIP. 197507252006041007

Ketua Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika



Dr. Rina Doriana Pasaribu, SKM, M.Kes

NIP. 197610232000032002

HALAMAN PENGESAHAN
SKRIPSI
HUBUNGAN POLA MAKAN, RIWAYAT KEHAMILAN, DAN
KEPATUHAN KONSUMSI TABLET FE DENGAN KADAR HB
IBU HAMIL DI PUSKESMAS TANJUNG MORAWA

Telah dipersiapkan dan disusun oleh :

MUFIDAH
P01031222158

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji

Pada Tanggal 22 Mei 2026

Tim Penguji :

1. Ketua : Sri Heriyanto, SST, MKM, RD
2. Anggota 1 : Dini Lestrina, DCN, M.Kes, RD
3. Anggota 2 : Herly Nainggolan, SKM, M.KM

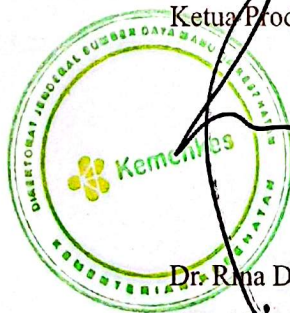
Tanda Tangan

: 
: 
: 

Lubuk Pakam, 28 Agustus 2026

Mengetahui

Ketua Prodi



Dr. Rina Doriana Pasaribu, SKM, M.Kes

NIP. 197610232000032002



BIODATA PENULIS

Nama : Mufidah
Tempat/Tanggal Lahir : Pintu Padang, 21 September 2004
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat Rumah : Huta Lombang Lubis, Kecamatan Panyabungan,
Kabupaten Mandailing Natal
Nomor Hp : 087897911946

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD : SDN 090 Panyabungan
2. SMP : MTsN 2 Mandailing Natal
3. SMA : MAN 1 Mandailing Natal

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini saya :

Nama : Mufidah
NIM : P01031222158
Program Studi : Diploma IV
Jurusan : Gizi dan Dietetika
Perguruan Tinggi : Poltekkes Kemenkes Medan

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiasi dalam penulisan skripsi saya yang berjudul :

Hubungan Pola Makan, Riwayat Kehamilan, dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe dengan Kadar Hb Ibu Hamil di Puskesmas Tanjung Morawa

Apabila suatu saat nanti terbukti ssaya melakukan tindakan plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Lubuk Pakam, 28 Agustus 2026

Penulis,



Mufidah

P01031222158

ABSTRAK

HUBUNGAN POLA MAKAN, RIWAYAT KEHAMILAN, DAN KEPATUHAN TABLET FE DENGAN KADAR HB IBU HAMIL DI PUSKESMAS TANJUNG MORAWA

Mufidah, Sri Heriyanto

(Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Medan)

Email Peneliti : lubismufidah2004@gmail.com

Anemia pada ibu hamil masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang dapat meningkatkan risiko komplikasi pada ibu dan janin. Kadar hemoglobin (Hb) dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain pola makan, riwayat kehamilan, dan kepatuhan konsumsi tablet Fe. Upaya pencegahan anemia perlu didukung dengan pemenuhan asupan gizi, pemantauan kehamilan, serta kepatuhan mengonsumsi tablet Fe. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola makan, riwayat kehamilan, dan kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kadar hemoglobin (Hb) ibu hamil di Puskesmas Tanjung Morawa.

Penelitian ini menggunakan desain survei analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Variabel independen meliputi pola makan, riwayat kehamilan, dan kepatuhan konsumsi tablet Fe, sedangkan variabel dependen adalah kadar hemoglobin (Hb). Sampel penelitian berjumlah 43 ibu hamil yang dipilih menggunakan teknik *convenience sampling*. Data dikumpulkan melalui kuesioner *food frequency*, kuesioner riwayat kehamilan, formulir kepatuhan konsumsi tablet Fe, serta pemeriksaan kadar Hb. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji Chi-Square.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata responden memiliki kadar Hb rendah (62,8%), pola makan kurang baik (62,8%), riwayat kehamilan berisiko (51,2%), dan tidak patuh mengonsumsi tablet Fe (55,8%). Hasil uji Chi-Square menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kadar Hb ($p=0,008$), riwayat kehamilan dengan kadar Hb ($p=0,044$), serta kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kadar Hb ($p=0,013$). Ibu hamil disarankan menerapkan pola makan bergizi seimbang, melakukan pemeriksaan kehamilan secara rutin, serta mengonsumsi tablet Fe sesuai anjuran untuk membantu mempertahankan kadar Hb dalam batas normal.

Kata kunci : pola makan, Riwayat kehamilan, tablet Fe, hemoglobin, ibu hamil

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN DIETARY PATTERNS, PREGNANCY HISTORY, AND ADHERENCE TO FE TABLET CONSUMPTION WITH HEMOGLOBIN LEVELS OF PREGNANT WOMEN AT TANJUNG MORAWA PUBLIC HEALTH CENTER

Mufidah, Sri Heriyanto

Medan Health Polytechnic of the Ministry of Health

Email: lubismufidah2004@gmail.com

Anemia in pregnant women remains a public health problem that can increase the risk of complications for both mother and fetus. Hemoglobin (Hb) levels are influenced by various factors, including dietary patterns, pregnancy history, and adherence to Fe tablet consumption. Efforts to prevent anemia need to be supported by fulfilling nutritional intake, monitoring pregnancy, and ensuring compliance with Fe tablet intake. This study aims to determine the relationship between dietary patterns, pregnancy history, and adherence to Fe tablet consumption with the hemoglobin (Hb) levels of pregnant women at Tanjung Morawa Public Health Center.

This study used an analytical survey design with a cross-sectional approach. The independent variables included dietary patterns, pregnancy history, and adherence to Fe tablet consumption, while the dependent variable was hemoglobin (Hb) levels. The study sample consisted of 43 pregnant women selected using a convenience sampling technique. Data were collected through a food frequency questionnaire, a pregnancy history questionnaire, an Fe tablet consumption adherence form, and Hb level measurements. Data analysis was conducted univariately and bivariately using the Chi-Square test.

The results showed that the majority of respondents had low Hb levels (62.8%), poor dietary patterns (62.8%), at-risk pregnancy history (51.2%), and non-adherence to Fe tablet consumption (55.8%). The Chi-Square test results indicated a significant relationship between dietary patterns and Hb levels ($p=0.008$), pregnancy history and Hb levels ($p=0.044$), as well as adherence to Fe tablet consumption and Hb levels ($p=0.013$). Pregnant women are recommended to adopt a balanced nutritional diet, undergo routine pregnancy check-ups, and consume Fe tablets as advised to help maintain Hb levels within normal limits.

Keywords: dietary patterns, pregnancy history, Fe tablets, hemoglobin, pregnant women



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Hubungan Pola Makan, Riwayat Kehamilan, dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe dengan Kadar Hb Ibu Hamil di Puskesmas Tanjung Morawa" dengan baik dan tepat waktu.

Selanjutnya ucapan terima kasih yang tak terhingga saya sampaikan kepada Bapak Sri Heriyanto, SST, MKM, RD selaku Dosen Pembimbing Utama yang telah memberikan nasihat, motivasi, serta arahan yang terbaik bagi saya.

Dengan terselesaikannya Skripsi ini, penulis ingin menyampaikan terimakasih kepada :

1. Ibu Tengku Sri Wahyuni, S. SiT., M. Keb selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Medan.
2. Ibu Dr. Herta Masthalina, SKM, MPH selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Medan.
3. Ibu Dr. Rina Doriana Pasaribu, SKM, M.Kes selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika.
4. Ibu Dr. Herta Masthalina, SKM, MPH selaku dosen pembimbing akademik.
5. Ibu Dini Lestrina, DCN, M.Kes, RD dan Ibu Herly Nainggolan, SKM, M.KM selaku dosen penguji yang telah banyak memberikan masukan dan pengarahan.
6. Seluruh dosen, infrastruktur, dan staf Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Medan atas bantuan serta pelayanan yang telah diberikan sehingga proses perkuliahan dan penyusunan skripsi ini dapat berjalan dengan baik.
7. Seluruh Pimpinan, staf dan pegawai UPT Puskesmas Tanjung Morawa yang telah memberikan izin, bantuan, serta dukungan selama proses penelitian berlangsung sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan baik.
8. Ibu hamil di UPT Puskesmas Tanjung Morawa, khususnya para responden penelitian yang telah bersedia meluangkan waktu, bekerja sama, dan berpartisipasi dalam penelitian ini.
9. Umak tercinta, Hanisah yang setia mendampingi langkah penulis dalam setiap lelah dan doa. Selalu menjadi sumber kekuatan yang tak pernah padam. Terimakasih atas cinta, pengorbanan, dan keteguhan hati yang senantiasa menguatkan penulis untuk terus maju.

10. Ayah yang dirindukan sosoknya, Guntur Lubis (Almarhum) yang telah lebih dahulu berpulang. Meski tidak sempat menemani penulis melalui setiap langkah dalam proses ini, tetapi rasa sayang kepada beliau tidak pernah berkurang dan tetap memiliki tempat tersendiri dalam hati penulis.
11. Seluruh keluarga tercinta yang senantiasa menyertai dengan doa dan dukungan tulus sepanjang perjalanan studi, khususnya dalam menyelesaikan skripsi ini. Segala bentuk perhatian serta kasih sayang menjadi kekuatan utama dalam setiap langkah.
12. Sahabat penulis sejak masa perkuliahan, Destri, Jastin, Dinda, Ineke, Liza, Vany, Dhea dan Putri. Segala canda, tawa, suka, sedih dan diskusi larut malam menjadi bagian dari perjuangan yang tidak terasa sendiri. Bersama kalian, hari-hari di kampus berubah menjadi ceria dan layak dikenang. Terimakasih telah bertahan di sisi penulis di kala banyak masalah yang dihadapi bersama. Kalian bukan sekadar teman, tapi bagian dari perjalanan yang akan selalu hidup dalam ingatan penulis.
13. Tidak lupa penulis mengucapkan terima kasih kepada diri sendiri, Mufidah. Terima kasih telah bertanggung jawab menyelesaikan apa yang telah dimulai. Meski sering kali harus menahan lelah, air mata, bahkan rasa ingin menyerah, tetap memilih berdiri di saat hati rapuh, tetap melangkah di saat jalan sangat sangat terasa berat. Penulis tau perjalanan ini tidak mudah, banyak doa yang terucap di tengah malam, banyak rasa sakit yang harus dipendam sendirian, serta keraguan yang harus dikalahkan. Namun pada akhirnya, penulis mampu bertahan dan melewati hari demi hari hingga tiba di titik ini. Terima kasih sudah menjadi kuat, sudah berani bermimpi, dan sudah sampai sejauh ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki keterbatasan dan kekurangan. Oleh karena itu, saran dan kritik yang membangun sangat diharapkan demi perbaikan di masa mendatang.

Lubuk Pakam, Agustus 2026

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PERSETUJUAN	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
BIODATA PENULIS.....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Perumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Ruang Lingkup Penelitian	4
E. Manfaat Penelitian.....	4
F. Keaslian Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Anemia pada Ibu Hamil.....	6
1. Defenisi Anemia	6
2. Dampak Anemia Terhadap Ibu dan Janin	7
3. Pencegahan dan Penanganan Anemia pada Ibu Hamil	7
B. Hemoglobin (Hb).....	8
1. Defenisi Hemoglobin	8
2. Nilai Normal Kadar Hb pada Ibu Hamil.....	8
3. Faktor faktor yang mempengaruhi kadar Hb	8
C. Pola Makan Pada Ibu Hamil.....	9
1. Pengertian Pola Makan	9
2. Prinsip Makan Seimbang Pada Ibu Hamil	9
3. Hubungan Pola Makan dengan Kadar Hb	10
D. Riwayat Kehamilan	10

1. Antenatal Care	11
2. Anemia Kehamilan	12
3. Hipertensi.....	12
4. Jarak Kelahiran	13
E. Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe.....	13
1. Defenisi dan Manfaat Tablet Fe.....	13
2. Dosis dan Anjuran Konsumsi Tablet Fe pada Ibu Hamil.....	14
3. Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe dengan Kadar Hb	14
F. Kerangka Teori	15
G. Kerangka Konsep	17
H. Definisi Operasional.....	18
G. Hipotesis	20
BAB III METODE PENELITIAN	21
A. Desain Penelitian	21
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	21
1. Lokasi Penelitian.....	21
2. Waktu Penelitian	21
D. Populasi dan Sampel.....	21
1. Populasi.....	21
2. Sampel	21
E. Prosedur Penelitian	22
F. Jenis dan Cara Pengumpulan data	24
1. Jenis Data.....	24
2. Cara Pengumpulan Data	24
G. Analisis data	26
1. Analisis Univariat	26
2. Analisis Bivariat	26
H. Etika Penelitian.....	27
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	28
A. Hasil.....	28
1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	28
2. Karkteristik Responden	28
B. Pembahasan	34
1. Distribusi gambaran umur pada ibu hamil di Puskesmas Tanjung Morawa	34
2. Distribusi gambaran usia kehamilan pada ibu hamil di Puskesmas Tanjung Morawa	35

3. Distribusi gambaran Pendidikan terakhir pada Ibu hamil di Puskesmas Tanjung Morawa.....	35
4. Distribusi gambaran Gravida pada ibu hamil di Puskesmas Tanjung Morawa	36
5. Distribusi Gambaran kadar Hb pada ibu hamil di Puskesmas Tanjung Morawa	37
6. Distribusi Gambaran Pola Makan pada ibu hamil di Puskesmas Tanjung Morawa	39
7. Distribusi Gambaran Riwayat Kehamilan pada Ibu hamil di Puskesmas Tanjung Morawa.....	40
8. Distribusi gambaran Kepatuhan konsumsi tablet Fe pada Ibu hamil di Puskesmas Tanjung Morawa	41
9. Hubungan Pola makan dengan kadar Hb ibu hamil di Puskesmas Tanjung Morawa	42
10. Hubungan Riwayat Kehamilan dengan kadar Hb ibu hamil di Puskesmas Tanjung Morawa.....	43
11. Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe dengan Kadar Hb Ibu Hamil di Puskesmas Tanjung Morawa	44
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	46
A. Kesimpulan.....	46
B. Saran	46
DAFTAR PUSTAKA.....	48
LAMPIRAN.....	53

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1 Keaslian penelitian	5
Tabel 2 Definisi Operasional.....	18
Tabel 3 Distribusi Ibu Hamil Berdasarkan Umur	28
Tabel 4 Distribusi Ibu Hamil Berdasarkan Usia Kehamilan	29
Tabel 5 Distribusi Ibu Hamil Berdasarkan Pendidikan terakhir	29
Tabel 6 Distribusi Ibu Hamil Berdasarkan Pekerjaan	29
Tabel 7 Distribusi Ibu Hamil Berdasarkan Gravida (Jumlah Kehamilan)	30
Tabel 8 Distribusi Ibu Hamil Berdasarkan kadar Hb	30
Tabel 9 Distribusi Ibu Hamil Berdasarkan Pola Makan.....	30
Tabel 10 Distribusi Ibu Hamil Berdasarkan Riwayat Kehamilan	31
Tabel 11 Distribusi Ibu Hamil Berdasarkan Kepatuhan Konsumsi Fe	32
Tabel 12 Hubungan Pola Makan dengan Kadar Hb Ibu Hamil	32
Tabel 13 Hubungan Riwayat Kehamilan dengan kadar Hb Ibu Hamil.....	33
Tabel 14 Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe.....	33

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1 Kerangka Teori.....	15
Gambar 2 Kerangka Konsep	17

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Informed Consent	53
Lampiran 2 Kuesioner dan Lembar Formulir	54
Lampiran 3 Bukti Bimbingan Skripsi	60
Lampiran 4 Master Tabel Penelitian	63
Lampiran 5 Hasil Output SPSS.....	66
Lampiran 6 Keterangan Layak Etik	76
Lampiran 7 Surat Izin Penelitian.....	77
Lampiran 8 Surat Balasan Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Deli Serdang.....	78
Lampiran 9 Surat Balasan Badan Perencanaan Pembangunan Daerah, Penelitian dan Pengembangan.....	79
Lampiran 10 Surat Balasan Dinas Kesehatan Deli Serdang	80
Lampiran 11 Surat Balasan Puskesmas Tanjung Morawa	81
Lampiran 12 Dokumentasi Penelitian.....	82