

## PERNIKAHAN DINI DAN ASUPAN GIZI TERHADAP KEJADIAN ANEMIA PADA IBU HAMIL: STUDI LITERATUR

Chandramanda Dewi Damara<sup>1\*</sup>, Martha Irene Kartasurya<sup>2</sup>, Etika Ratna Noer<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Magister Ilmu Gizi, Departemen Ilmu Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro, Semarang, Jawa Tengah, Indonesia

<sup>2</sup>Magister Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Diponegoro, Semarang, Jawa Tengah, Indonesia

\*Korespondensi : Chandramanda.cd@gmail.com

### ABSTRACT

**Background:** Early marriage is a human rights violation for adolescents because it blocks their access to good health, proper nutrition, education, and protection from violence. Inadequate nutritional intake and poor nutritional quality of food are factors that are not given enough attention during early pregnancy. Adolescents will share adequate nutrition for their development and also the growth of the fetus, this is also one of the factors causing young pregnancies to be susceptible to pregnancy anemia;

**Objectives:** The aim of this study is to determine the relationship between early marriage and nutritional intake on the incidence of anemia in pregnant women;

**Methods:** This study employs a literature review design by collecting selected articles using Google Scholar and PubMed search engines. The keywords utilized include early marriage, nutritional intake, and anemia in pregnant women. A total of 13 research articles were obtained, comprising 7 articles on early marriage and 6 articles on nutritional intake, all published between 2014 and 2022, which met the inclusion criteria;

**Results:** Based on the results of the review, it was found that there was a significant relationship between early marriage and the incidence of anemia in pregnant women, and also a significant relationship between nutritional intake (energy, protein, iron, folic acid and vitamin C) and the incidence of anemia in pregnant women;

**Conclusion:** Early marriage and inadequate nutritional intake can increase the risk of pregnancy anemia. Adolescents who marry early must be given education to delay pregnancy and maintain adequate nutritional intake to prepare for a healthy and anemia-free pregnancy;

**Keywords:** Early marriage; nutrition intake; anemia

### ABSTRAK

**Latar belakang:** Pernikahan dini merupakan pelanggaran hak asasi manusia bagi remaja karena menghambat hak mereka untuk mendapatkan kesehatan yang optimal, termasuk gizi yang cukup, serta akses ke pendidikan dan perlindungan dari kekerasan. Asupan gizi yang tidak memadai, kualitas gizi makanan yang buruk merupakan faktor yang kurang diperhatikan saat kehamilan usia dini. Remaja akan berbagi kecukupan gizi untuk perkembangan dirinya dan juga pertumbuhan janin, hal itu yang menjadi salah satu faktor penyebab kehamilan usia muda rentan mengalami anemia kehamilan;

**Tujuan:** Tujuan studi ini untuk mengetahui hubungan pernikahan dini dan asupan gizi terhadap kejadian anemia pada ibu hamil;

**Metode:** Penelitian ini menggunakan desain literature review dengan mengumpulkan artikel-artikel yang dipilih menggunakan mesin pencarian google scholar dan pubmed. Kata kunci yang digunakan yaitu pernikahan dini, asupan gizi dan anemia pada ibu hamil. Didapatkan 13 artikel penelitian dengan rincian 7 artikel pernikahan dini dan 6 artikel asupan gizi dari tahun 2014 - 2022 yang masuk dalam kriteria inklusi;

**Hasil:** Berdasarkan hasil ulasan ditemukan ada nya hubungan yang signifikan antara pernikahan dini dengan kejadian anemia pada ibu hamil, serta ditemukan pula hubungan yang signifikan pada asupan zat gizi (energi, protein, zat besi, asam folat, dan vitamin C) dengan kejadian anemia pada ibu hamil;

**Kesimpulan:** Pernikahan dini dan asupan gizi yang tidak adekuat dapat meningkatkan risiko anemia kehamilan. Remaja yang menikah dini harus diberikan edukasi untuk menunda kehamilan dan menjaga kecukupan asupan gizi nya untuk mempersiapkan kehamilan yang sehat dan bebas anemia.

**Kata Kunci:** Pernikahan dini; asupan gizi; anemia

### PENDAHULUAN

Pernikahan usia dini adalah pernikahan yang dilakukan oleh perempuan yang usianya di bawah 20 tahun.<sup>1</sup> Pernikahan dini merupakan pelanggaran berat terhadap hak setiap anak untuk mencapai potensi penuhnya karena menghambat hak mereka untuk mendapatkan kesehatan yang optimal, termasuk gizi yang cukup, terbatasnya akses ke pendidikan serta kurangnya perlindungan dari kekerasan. Setiap tahun sebanyak 12 juta anak perempuan menikah sebelum usia 18 tahun. Jika upaya pencegahan pernikahan usia dini tidak dipercepat, maka diperkirakan 150 juta anak perempuan dapat menikah dini pada tahun 2030.<sup>2</sup> Pernikahan dini di Indonesia berada di peringkat ketujuh di dunia untuk kategori angka absolut pernikahan usia remaja tertinggi, sedangkan di Asia Tenggara, posisi Indonesia menduduki posisi kedua di bawah Kamboja.<sup>1</sup>

Pernikahan dini yang terjadi di Indonesia disebabkan oleh beberapa faktor seperti adanya paksaan orang tua karena faktor ekonomi.<sup>3</sup> Kerawanan pangan sering dikaitkan dengan pernikahan dini. Norma gender diskriminatif yang meremehkan peran remaja perempuan dalam keluarga dan masyarakat dapat bersinggungan dengan kerawanan pangan dan kemiskinan untuk menciptakan pendorong kuat pernikahan dini. Keluarga dihadapkan dengan sumber makanan yang terbatas, sehingga menikahkan anak perempuan mereka sebagai upaya untuk mengurangi beban alokasi makanan yang terbatas dengan mengurangi satu mulut untuk diberi makan.<sup>4</sup> Tingkat pengetahuan dan pendidikan yang rendah juga berhubungan dengan terjadinya pernikahan dini hal ini disebabkan karena anak-anak dan remaja yang memiliki tingkat pendidikan yang rendah sehingga kurang memahami risiko dan konsekuensi pernikahan dini.<sup>5</sup> Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang memiliki pendidikan rendah 70% menikah pada usia dini.<sup>6</sup> Alasan lain yang mendasari terjadinya pernikahan dini adalah adanya kehamilan yang tidak diinginkan dan terjadi diluar pernikahan.

Pernikahan dini sangat berisiko bagi remaja perempuan karena alat reproduksi yang belum siap menerima kehamilan sehingga dapat menimbulkan berbagai komplikasi dan secara psikologis belum matang sehingga anak cenderung labil secara emosional. Pernikahan dini menyebabkan anak menjadi rentan terhadap kekerasan dalam rumah tangga. Anak perempuan yang menikah dini, sangat berisiko mengalami kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) dengan pelaku mayoritas adalah suami (pasangan). Kekerasan psikis adalah kekerasan yang paling banyak terjadi, disusul kekerasan fisik dan kekerasan seksual.<sup>7</sup>

Anak yang menikah dini cenderung memiliki kesadaran, pengetahuan dan kesiapan yang kurang sebagai ibu muda pada kehamilan pertama. Pola konsumsi makanan yang tidak memadai, kualitas gizi makanan yang buruk merupakan faktor yang kurang diperhatikan oleh anak yang menikah dini.<sup>8</sup> Masalah status gizi menjadi masalah kesehatan yang sering terjadi pada ibu hamil.<sup>9</sup> Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan global yang umum dan tersebar luas serta memengaruhi 56 juta wanita di seluruh dunia, dan dua pertiga di antaranya berada di Asia. Prevalensi anemia menurut WHO (2012) menyatakan bahwa sekitar 41,8% ibu hamil di seluruh dunia menderita anemia. Berdasarkan Hasi Riskesdas 2018, prevalensi anemia ibu hamil di Indonesia sebesar 48,9%, angka tersebut menunjukkan adanya peningkatan jika dibandingkan dengan prevalensi di tahun 2013 dengan prevalensi sebesar 37,1%.<sup>10</sup>

Kekurangan zat besi adalah penyebab utama anemia di seluruh dunia.<sup>11</sup> Diperkirakan sekitar 50% anemia disebabkan oleh defisiensi besi. Faktor gizi lainnya, seperti kekurangan vitamin B12 dan folat, dan faktor non-gizi seperti peradangan juga berkontribusi pada etiologi anemia dan berdampak pada kesehatan manusia.<sup>12</sup> Studi sebelumnya juga menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara asupan vitamin C dengan kejadian anemia dengan korelasi bernilai positif. Hal ini terjadi karena vitamin C merupakan unsur esensial yang sangat dibutuhkan tubuh untuk pembentukan Hb terutama pada kondisi tubuh yang kekurangan asupan zat besi.<sup>13</sup>

Ibu hamil yang terkena dampak anemia sering mengalami kesulitan bernapas, pingsan, kelelahan, jantung berdebar, dan kesulitan tidur.<sup>14</sup> Hasil penelitian juga menemukan bahwa kehamilan di usia dini memberikan kontribusi pada Angka Kematian Ibu (AKI). WHO berpendapat bahwa 15-20% kematian ibu secara langsung atau tidak langsung berhubungan dengan kejadian anemia pada ibu hamil. Penyebab tingginya angka kematian ibu melahirkan yakni 48% karena menikah muda dan 38% karena hamil pada usia di bawah 20 tahun.<sup>1</sup> Anak yang menikah dini berisiko dua kali lipat mengalami kanker serviks, serta lebih rentan mengalami komplikasi selama kehamilan dan persalinan. Komplikasi yang timbul dari kehamilan dan persalinan secara konsisten menjadi salah satu penyebab utama kematian anak perempuan berusia 15 hingga 19 tahun secara global. Sebuah studi cross-sectional dari 29 negara menemukan peningkatan risiko eklampsia, endometritis nifas, infeksi sistemik lebih tinggi pada ibu remaja dibandingkan dengan ibu berusia 20-24 tahun.<sup>15</sup> Sebuah studi dari 144 negara menunjukkan perkiraan rasio kematian ibu lebih tinggi dari 260 per

100.000 kelahiran hidup untuk ibu remaja, dibandingkan dengan rasio untuk ibu yang berusia 20-24 tahun.<sup>16</sup> Tingginya kasus pernikahan dini yang terjadi di Indonesia tentu sangat memerlukan perhatian khusus karena jika dilihat dari dampak yang ditimbulkan sangat merugikan bagi kesehatan remaja itu sendiri, dan apabila tidak segera ditangani akan menurunkan kualitas derajat kesehatan pada siklus kehidupan berikutnya. Oleh karena itu, perlu dilakukan studi literatur untuk mengetahui hubungan pernikahan dini dan asupan gizi terhadap kejadian anemia pada ibu hamil.

## METODE

Dalam penyusunan *literatur review* ini, peneliti menggunakan metode *narrative review* untuk menganalisis secara komprehensif, kritis, dan objektif dari pengetahuan terkini. Metode ini memungkinkan peneliti untuk menggambarkan hasil observasi analisis dan menjelaskan hubungan antar variabel yang diteliti, dengan waktu pengerjaan yang lebih singkat dibandingkan metode lainnya. Artikel yang digunakan dalam tinjauan ini diperoleh dari dua basis data utama yaitu *PubMed* dan *Google Scholar*. Dari *PubMed*, penulis mengidentifikasi 80 artikel, sementara dari *Google Scholar* kami mengumpulkan 80 artikel dengan kata kunci "pernikahan dini," "asupan zat gizi," "anemia," dan "ibu hamil". Artikel yang memenuhi kriteria inklusi adalah penelitian yang dipublikasikan dalam 10 tahun terakhir, berbahasa Indonesia atau Inggris, tersedia dalam bentuk *full text*, dan mencakup variabel pernikahan dini, asupan zat gizi, serta anemia pada ibu hamil. Artikel yang tidak memenuhi kriteria inklusi, seperti yang tidak relevan atau tidak tersedia dalam *full text*, dikeluarkan dari tinjauan ini.

Proses seleksi dilakukan dalam dua tahap. Tahap pertama melibatkan penilaian judul dan abstrak artikel untuk memastikan relevansi awal. Tahap kedua adalah evaluasi penuh teks untuk memverifikasi kualitas dan relevansi artikel. Artikel yang lolos seleksi dinilai menggunakan pedoman kualitas yang telah ditetapkan. Didapatkan 13 artikel penelitian dengan rincian 7 artikel pernikahan dini

dan 6 artikel asupan gizi dari tahun 2014 - 2022 yang digunakan dan sesuai dengan kriteria inklusi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### PERNIKAHAN DINI TERHADAP KEJADIAN ANEMIA PADA IBU HAMIL

Pernikahan dini merupakan praktik yang masih umum di beberapa daerah, dan dapat berdampak signifikan terhadap kesehatan ibu, termasuk kejadian anemia pada ibu hamil. Ibu yang menikah pada usia muda sering kali menghadapi tantangan dalam hal pendidikan dan akses terhadap informasi kesehatan, yang berdampak pada pemahaman mereka mengenai gizi yang baik selama kehamilan. Pernikahan dini sering kali mengakibatkan kehamilan pada usia yang lebih muda, di mana tubuh wanita belum sepenuhnya matang secara fisik. Hal ini dapat meningkatkan risiko komplikasi kesehatan, termasuk anemia, karena kebutuhan gizi selama kehamilan tidak terpenuhi dengan baik.<sup>17</sup> Penelitian menunjukkan bahwa wanita yang menikah pada usia muda cenderung memiliki status gizi yang lebih rendah, yang berdampak pada asupan zat besi dan nutrisi penting lainnya selama kehamilan.<sup>18</sup> Sejalan dengan hal tersebut, hasil pemeriksaan Kesehatan ibu yang dilakukan oleh Ermawati dan Verawati (2014) menunjukkan bahwa ibu hamil yang menikah dini lebih banyak mengalami masalah kesehatan selama kehamilan seperti kurang darah atau anemia, proses persalinan yang lama /atau bayi tidak segera keluar, serta bengkak pada akhir kehamilan.

Purnama, dkk (2022) membuktikan bahwa terdapat hubungan antara pernikahan dini dan kejadian anemia pada ibu hamil. Penelitian lain yang dilakukan oleh Hapisah dan Rizani (2015) juga menemukan adanya hubungan antara kehamilan diusia remaja dengan kejadian anemia pada ibu hamil. Syafrullah dan Chabellalia (2019) juga menemukan bahwa terdapat hubungan antara usia remaja tengah (15-18 tahun) dengan anemia sedang pada ibu hamil.

**Tabel 1. Hasil Studi Literatur Pernikahan Dini Terhadap Kejadian Anemia pada Ibu Hamil**

Judul dan Peneliti	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
Hubungan Pernikahan Dini dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Kab. Kepahiang Provinsi Bengkulu (Purnama, dkk 2022) <sup>19</sup>	<b>Design:</b> <i>Cross Sectional</i> <b>Sampel:</b> Seluruh ibu hamil yang terdaftar di buku register KIA Puskesmas Pasar Kepahiang, Kelopak, Ujan Mas, Cugung Lalang, dan Durian Depun dengan jumlah 117 orang. <b>Teknik pengumpulan data:</b> Menggunakan daftar ceklis status pernikahan dan status anemia <b>Teknik Analisis Data:</b> <i>Chi-Square</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami pernikahan dini (72,6%), dan sebagian besar responden juga mengalami anemia (73,5%). Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pernikahan dini dengan kejadian anemia pada ibu hamil dengan nilai p diperoleh 0,000.

**Tabel 2. Hasil Studi Literatur Pernikahan Dini Terhadap Kejadian Anemia pada Ibu Hamil (Lanjutan...)**

Judul dan Peneliti	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
<i>Associations of early marriage and early childbearing with anemia among adolescent girls in Ethiopia: a multilevel analysis of nationwide survey</i> (Tiruneh, dkk 2021) <sup>20</sup>	<b>Design:</b> Cross Sectional <b>Sampel:</b> 3.172 remaja Perempuan usia 15-19 tahun. <b>Teknik Pengumpulan Data:</b> Data karakteristik Tingkat individu, data karakteristik Tingkat komunitas, dan status anemia yang didapatkan dari hasil 398isban demografi dan 398isbandin Ethiopia tahun 2016 <b>Teknik Analisis Data:</b> <i>Chi-square</i> dan <i>Spearman</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa ( $p < 0.005$ ) Remaja yang menikah dini 1,53 kali (AOR = 1.53; 95% CI: 1.06-2.20) berisiko lebih tinggi mengalami anemia 398isbanding remaja yang tidak menikah dini <ul style="list-style-type: none"> <li>• Remaja muslim 2,51 kali (AOR = 2.51; 95% CI: 1.56-4.01) berisiko lebih tinggi mengalami anemia dibanding remaja kristen</li> <li>• Remaja yang memiliki tingkat pendidikan dasar, menengah, dan tinggi memiliki peluang 0,48 (AOR = 0.48; 95% CI: 0.33-0.71) dan 0,22x (AOR = 0.22; 95% CI: 0.13-0.35) lebih rendah mengalami anemia dibanding remaja yang tidak berpendidikan formal</li> <li>• Remaja yang mempunyai status gizi normal dan kelebihan berat badan sebanyak 0,58x dan 0,43x (AOR = 0.58; 95% CI: 0.45-0.75 and AOR = 0.43; 95% CI: 0.32-0.54) lebih rendah mengalami anemia dibanding remaja yang status gizi kurang</li> <li>• Hasil analisis diperoleh nilai <math>p = 0,001</math>, OR 3,921 (CI; 95% 1731-8,878), hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara usia ibu hamil dengan kejadian anemia. Ibu yang hamil di usia &lt;20 tahun memiliki risiko 3,921 kali lebih besar mengalami anemia dalam kehamilan.</li> </ul>
Hubungan Usia dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Kota Metro (Sari., dkk 2021) <sup>21</sup>	<b>Design:</b> Cross Sectional <b>Sampel:</b> 138 orang ibu hamil <b>Teknik Pengumpulan Data:</b> Menggunakan ceklis usia ibu hamil dan status anemia <b>Teknik Analisis Data:</b> Chi-Square	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar ibu hamil (56,25%) berada pada usia remaja tengah (15-18 tahun). Sebagian besar ibu hamil (51,56%) mengalami anemia sedang.</li> <li>• Terdapat hubungan antara usia remaja tengah dengan anemia sedang (61,11%) dan nilai <math>p</math>-value (0,003).</li> </ul>
Hubungan Antara Ibu Hamil Usia Muda Dengan Anemia di BPM "T" Cikutra Kota Bandung Tahun 2015 (Syafriullah dan Chabellalia, 2019) <sup>22</sup>	<b>Design:</b> Cross Sectional <b>Sampel:</b> 64 orang ibu hamil usia muda yang melakukan kunjungan ANC <b>Teknik Pengumpulan Data:</b> Pengumpulan data sekunder pada buku rekam medik ANC berupa usia ibu dan kejadian anemia <b>Teknik Analisis Data:</b> <i>Chi-Square</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 23 orang ibu yang mengalami anemia kehamilan, sebanyak 15 orang (65,2%) yang menikah pada usia muda dan 8 orang (34,8%) yang menikah pada usia reproduksi sehat</li> <li>• Hasil uji statistik diperoleh <math>p</math> value = 0,019 berarti terdapat hubungan yang signifikan antara anemia kehamilan dengan jenis pernikahan berdasarkan usia</li> <li>• Ibu menikah usia muda berisiko 3 kali mengalami anemia kehamilan dibandingkan dengan ibu yang menikah usia reproduksi sehat (OR = 3,281 (95% CI 1,185-9,089))</li> </ul>
Hubungan Keguguran dan Anemia dengan Pernikahan Usia Muda di Desa Hapesong Lama (Suryaningsih, dkk 2019) <sup>23</sup>	<b>Design:</b> Cross Sectional <b>Sampel:</b> Sampel dalam penelitian ini adalah 78 orang ibu berusia 15-49 tahun yang sudah atau pernah menikah di Desa Hapesong Lama Kecamatan Batang Toru <b>Teknik Pengumpulan Data:</b> Menggunakan ceklis pernikahan dini, keguguran dan anemia <b>Teknik Analisis Data:</b> Chi-Square	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hasil penelitian menunjukkan bahwa kejadian kehamilan remaja berusia &lt;20 tahun sebanyak 18 orang (22,5%) dan kejadian anemia sebanyak 31 orang (38,7%)</li> <li>• Hasil uji statistik didapatkan nilai <math>p = 0,013 &lt; \alpha = 0,05</math>, maka terdapat hubungan antara kehamilan remaja dengan kejadian anemia di Puskesmas Rawat nginap Cempaka Banjarbaru.</li> </ul>
Kehamilan Remaja Terhadap Kejadian Anemia di Wilayah Puskesmas Cempaka Kota Banjarbaru (Hapisah dan Rizani, 2015) <sup>24</sup>	<b>Design:</b> Cross Sectional <b>Sampel:</b> 80 ibu hamil <b>Teknik Pengumpulan Data:</b> Tingkat Pendidikan, Paritas, Usia Kehamilan, Kehamilan Remaja, Kejadian Anemia <b>Teknik Analisis Data:</b> Chi-Square	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hasil penelitian menunjukkan bahwa kejadian kehamilan remaja berusia &lt;20 tahun sebanyak 18 orang (22,5%) dan kejadian anemia sebanyak 31 orang (38,7%)</li> <li>• Hasil uji statistik didapatkan nilai <math>p = 0,013 &lt; \alpha = 0,05</math>, maka terdapat hubungan antara kehamilan remaja dengan kejadian anemia di Puskesmas Rawat nginap Cempaka Banjarbaru.</li> </ul>

**Tabel 3. Hasil Studi Literatur Pernikahan Dini Terhadap Kejadian Anemia pada Ibu Hamil (Lanjutan...)**

Judul dan Peneliti	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
Kesehatan Ibu dan Bayi pada Pernikahan Dini (Ernawati, H et al 2014) <sup>25</sup>	<b>Design:</b> <i>Cohort Restrospektif</i> <b>Sampel:</b> 42 ibu yang telah melahirkan <b>Teknik Pengumpulan Data:</b> Menggunakan daftar ceklis berdasarkan data ibu di buku KMS. <b>Teknik Analisis Data:</b> Analisis Univariat	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hasil Pemeriksaan Kesehatan ibu pada pernikahan dini saat hamil, melahirkan dan nifas menunjukkan bahwa ibu mengalami permasalahan yaitu adanya kurang darah (anemia), proses persalinan yang lama / bayi tidak segera keluar, serta bengkak pada akhir kehamilan</li> <li>• Hasil Pemeriksaan Kesehatan bayi pada pernikahan dini menunjukkan bahwa secara keseluruhan bayi tidak mengalami masalah, walaupun masih ada 2 bayi prematur, dan BBLR.</li> </ul>

Sari, dkk (2021) menemukan bahwa ibu yang hamil di usia <20 tahun memiliki risiko 3,921 kali lebih besar mengalami anemia dalam kehamilan. Hasil yang sama juga ditemukan pada penelitian yang dilakukan oleh Suryaningsih, dkk (2019) Ibu yang menikah di usia muda berisiko tiga kali lebih besar mengalami anemia pada kehamilan dibandingkan dengan ibu yang menikah pada usia reproduksi sehat. Wanita usia muda mengalami kehilangan zat besi ketika menstruasi sekitar 30 ml/hari disaat remaja putri yang sedang hamil tersebut mengalami peningkatan kebutuhan zat besi yang digunakan untuk pertumbuhan dan perkembangan janin. Di sisi lain, pada saat yang bersamaan remaja putri sendiri juga berada pada fase pertumbuhan yang sangat cepat (*growth spurt*) dimana kebutuhan zat gizi untuk pertumbuhan dan perkembangannya juga tinggi. Tubuh remaja akan berbagi kecukupan gizi untuk perkembangan dirinya dan juga pertumbuhan janin, hal itu yang menjuga salah satu faktor penyebab kehamilan usia muda rentan mengalami anemia kehamilan.

Tiruneh, dkk (2021) Pernikahan dini dapat berkontribusi terhadap dampak kesehatan yang lebih buruk. Hal ini juga terbukti dalam penelitian bahwa remaja yang menikah lebih mungkin mengalami anemia dibandingkan remaja yang tidak pernah menikah. Hal itu disebabkan karena remaja yang tidak menikah dini memiliki lebih banyak kesempatan untuk dapat menyelesaikan pendidikan formal lebih tinggi sehingga lebih kecil kemungkinannya untuk menikah dan melahirkan anak pada usia muda. Selain itu, pendidikan berhubungan positif dengan penggunaan kontrasepsi yang dapat mencegah kelahiran anak dini dan mengurangi risiko anemia. Remaja yang mempunyai status gizi normal dan kelebihan berat badan mempunyai kemungkinan lebih kecil untuk mengalami anemia dibandingkan remaja dengan berat badan kurang. Remaja dengan status gizi normal atau kelebihan berat badan biasanya mendapatkan asupan nutrisi yang lebih baik dan lebih beragam serta cenderung memiliki cadangan nutrisi yang lebih baik karena kelebihan lemak tubuh

yang dapat menyimpan nutrisi secara lebih efektif. Meskipun kelebihan berat badan bukanlah indikator kesehatan yang ideal, cadangan nutrisi ini dapat membantu mengurangi risiko anemia jika asupan nutrisi mereka mencukupi.<sup>26</sup> Remaja yang kekurangan gizi memiliki peluang lebih besar untuk mengalami kekurangan satu atau lebih zat gizi mikro yang dapat mengakibatkan peningkatan risiko anemia. Hal tersebut disebabkan karena kekurangan gizi sering kali disertai dengan gangguan dalam penyerapan nutrisi di saluran pencernaan. Apabila saluran pencernaan tidak berfungsi dengan baik, bahkan asupan gizi yang cukup mungkin tidak dapat diserap secara efisien, sehingga meningkatkan risiko defisiensi zat gizi mikro seperti zat besi, vitamin B12, dan folat.<sup>27</sup>

#### ASUPAN GIZI TERHADAP KEJADIAN ANEMIA PADA IBU HAMIL

Asupan zat gizi yang tidak adekuat dapat menjadi penyebab terjadinya masalah kesehatan yang berkaitan dengan gizi seperti anemia. Adapun zat gizi yang sering dikaitkan dengan kejadian anemia adalah asupan Fe atau zat besi. Tabel 2, menunjukkan bahwa penelitian yang dilakukan oleh Meliyani, dkk (2022) dan kelima penelitian lainnya membuktikan bahwa asupan zat besi berhubungan secara signifikan dengan kejadian anemia pada ibu hamil. Sejalan dengan hal tersebut, Wulandari, dkk (2021) menunjukkan bahwa faktor risiko yang paling berpengaruh terhadap kejadian anemia selama kehamilan yaitu kurangnya asupan zat besi.

Di sisi lain terdapat faktor yang dapat mempengaruhi kecukupan asupan zat besi yaitu kemampuan penyerapan zat besi tersebut. Faktor pendorong (*enhancer*) dan penghambat (*inhibitor*) menjadi satu bagian penting yang perlu untuk diperhatikan dalam menilai asupan zat besi. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Tiwi dan Widari (2018) diketahui bahwa kebiasaan konsumsi sumber pangan inhibitor zat besi berhubungan dengan kejadian anemia pada Ibu Hamil Trimester III.

Tabel 4. Hasil Studi Literatur Asupan Gizi Terhadap Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil

Judul dan Peneliti	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Anemia, Asupan Fe, Dan Vitamin A Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayahkerja Puskesmas Purnama (Yulistiawati, dkk 2023) <sup>28</sup>	<b>Design:</b> <i>cross sectional</i> <b>Sampel:</b> 170 responden <b>Teknik Pengumpulan Data:</b> kuesionair pengetahuan ibu tentang anemia, asupan Fe dan asupan vitamin <b>Teknik Analisis Data:</b> Chi-Square	1. Asupan Fe berhubungan dengan anemia pada ibu hamil ( p = 0,0006) 2. Asupan Vitamin A tidak berhubungan dengan anemia pada ibu hamil (p = 0,762)
Hubungan Asupan Fe Dengan Kejadian Anemia Defisiensi Besi Pada Ibu Hamil Di Kabupaten Seluma (Meliyani, dkk 2022) <sup>29</sup>	<b>Design:</b> <i>Cross sectional</i> <b>Sampel:</b> 136 orang ibu hamil <b>Teknik Pengumpulan Data:</b> food recall 3x24 jam, pengukuran kadar Hb, Fe serum dan TIBC <b>Teknik Analisis Data:</b> <i>Chi-Square</i>	Ada hubungan antara asupan Fe dan kejadian anemia defisiensi besi dengan p-value=0.003 (PR=0.225; 95% CI: 0.078-0.647)
Faktor Risiko Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Kecamatan Tenggarang Kabupaten Bondowoso (Wulandari, dkk 2021) <sup>30</sup>	<b>Design:</b> <i>Case-control</i> <b>Sampel:</b> 42 ibu hamil anemia dan 42 ibu hamil tidak anemia <b>Teknik Pengumpulan Data:</b> frekuensi kunjungan ANC, dan ukuran konsumsi zat gizi <b>Teknik Analisis Data:</b> <i>Spearman's Rho</i>	3. Faktor risiko yang berhubungan dengan status anemia pada ibu hamil yaitu tingkat konsumsi energi (p-value= 0,005), protein (p-value= 0,001), dan zat besi (p-value= 0,000). 4. Ibu hamil yang konsumsi zat besinya kurang dari normal (defisit) dapat berisiko tinggi mengalami anemia selama kehamilan (nilai koefisien korelasi (- 0,542*))
Asupan Energi, Protein, Zat Besi, Asam Folat Dan Status Anemia Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Petumbukan (Tarigan, dkk 2021) <sup>31</sup>	<b>Design:</b> <i>Cross sectional</i> <b>Sampel:</b> 28 ibu hamil <b>Teknik Pengumpulan Data:</b> menggunakan form SQ-FFQ dan pemeriksaan HB menggunakan <i>cyanmethemoglobin</i> <b>Teknik Analisis Data:</b> <i>Chi-Square</i>	Asupan Energi, Protein, Zat Besi, Asam Folat yang kurang berhubungan dengan Status Anemia Ibu Hamil (p<0,005)
Hubungan Tingkat Asupan Zat Gizi Dengan Anemia Ibu Hamil Di Puskesmas Purwokerto Timur Ii Dan Puskemas Baturaden Di Kabupaten Banyumas (Kusumawati dan Rahardjo, 2020) <sup>32</sup>	<b>Design:</b> <i>Cross sectional</i> <b>Sampel:</b> 135 ibu hamil trimester II dan III <b>Teknik Pengumpulan Data:</b> Kuesionair karakteristik ibu, Pengetahuan, kepatuhan Fe, status KEK dan anemia, serta form recal 2x24 jam untuk mengukur zat gizi (energi, protein, lemak, zat besi, vitamin C) <b>Teknik Analisis Data:</b> <i>Chi-Square</i> dan regresi <i>logistic</i> ganda	1. Terdapat hubungan antara asupan zat besi (P = 0,034) dan vitamin c (P = 0,019) dengan anemia 2. Ibu hamil yang asupan vitamin C nya kurang baik akan meningkatkan risiko anemia 2,58 kali lebih besar dibandingkan ibu hamil yang asupan vitamin C nya baik
Hubungan Konsumsi Sumber Pangan Enhancer dan Inhibitor Zat Besi dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil (Tiwi, dan Widari 2018) <sup>33</sup>	<b>Design:</b> <i>Cross sectional</i> <b>Sampel:</b> 43 ibu hamil trimester III <b>Teknik Pengumpulan Data:</b> menggunakan form SQ-FFQ dan pemeriksaan HB menggunakan <i>cyanmethemoglobin</i> <b>Teknik Analisis Data:</b> <i>Speaman</i>	1. Terdapat hubungan cukup kuat antara kebiasaan konsumsi sumber pangan inhibitor zat besi dengan kejadian anemia pada ibu hamil trimester III (p= 0,005; r=0,424).

Sebagai salah satu upaya pencegahan terjadinya anemia, ibu hamil juga harus memperhatikan asupan zat gizi selain zat besi. Kusumawati dan Raharjo (2020) menyebutkan bahwa kurangnya intake Vitamin C pada ibu hamil

berisiko meningkatkan 2,58 kali lebih besar mengalami anemia jika dibandingkan ibu hamil yang asupan vitamin C nya baik. Asupan Vitamin C yang cukup dibutuhkan tubuh dalam proses pembentukan sel-sel darah merah. Kandungan vitamin C dalam makanan yang dikonsumsi akan

memberikan suasana asam sehingga zat besi lebih mudah diserap usus halus. Hasil penelitian Tarigan, dkk (2021) menemukan bahwa kurangnya Asupan energi, protein, dan asam folat secara signifikan berhubungan dengan status anemia pada ibu hamil.

### KESIMPULAN

Pernikahan dini merupakan pelanggaran hak asasi manusia yang mendasar dan umum terjadi di kalangan remaja Perempuan. Pernikahan dini sering kali membahayakan perkembangan anak perempuan karena kehamilan dini sangat berisiko. Berdasarkan penelitian yang telah diulas diketahui bahwa pernikahan dini secara signifikan berhubungan dengan kejadian anemia. Ibu hamil yang menikah di usia muda berisiko 3 kali lebih besar mengalami anemia pada kehamilan dibandingkan dengan ibu yang menikah pada usia reproduksi sehat. Di sisi lain, asupan zat gizi secara signifikan berhubungan dengan kejadian anemia pada ibu hamil. Asupan energi, protein, zat besi, vitamin c dan asam folat yang tidak adekuat berhubungan dengan kejadian anemia pada ibu hamil.

Remaja yang menikah dini perlu diberikan edukasi untuk menunda kehamilan dan mempertahankan kecukupan asupan gizinya untuk mempersiapkan kehamilan yang sehat dan bebas anemia. Program edukasi yang komprehensif perlu dikembangkan dan disebarluaskan kepada remaja, terutama remaja perempuan, tentang dampak pernikahan dini, risiko kesehatan yang terkait, dan pentingnya menunda kehamilan. Program ini harus mencakup informasi mengenai hak-hak reproduksi, kesehatan ibu, dan dampak jangka panjang dari pernikahan dini. Selain itu perlu dilakukan penelitian lebih lanjut untuk memahami faktor-faktor yang berkontribusi pada pernikahan dini dan anemia pada ibu hamil. Data yang lebih baik dapat membantu merancang intervensi yang lebih efektif dan mengukur dampaknya.

### DAFTAR PUSTAKA

1. Direktorat Perencanaan Pengendalian Penduduk Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. Profil Perkawinan Usia Muda. 2018;
2. Unicef. Child Marriage Data Brief. 2018;
3. Dwi Putri M, Herlambang, Utami RA, Yanti N. Kekerasan dalam Rumah Tangga pada Perkawinan Usia Anak di Wilayah Kota Bengkulu. *Supremasi Hukum: Jurnal Penelitian Hukum*. 2023;32(2):147–60.
4. Girls Not Brides (GNB); International Center for Research on Women (ICRW). Taking Action To Address Child Marriage: *Food Security And Nutrition - Brief 6*. 2015;1–4.
5. UNICEF. “Child Marriage: A Review of the Evidence.” 2021.
6. Susanti D, Mayang S W. Hubungan Tingkat Pendidikan Perempuan Dan Orang Tua Dengan Pernikahan Perempuan Usia Dini. *JIK: Jurnal Ilmu Kesehatan*. 2019;3(1):35–41.
7. Rahayu AP, Hamsia W. Resiko Kekerasan Dalam Rumah Tangga ( KDRT ) Pada Pernikahan Usia Anak di Kawasan Marginal Surabaya (Studi Kasus di Kelurahan Nyamplungan , Pabean Cantikan, Surabaya). *PEDAGOGI: Jurnal Anak Usia Dini dan Pendidikan Anak Usia Dini*. 2018;4(2):80–92.
8. Kedir H, Berhane Y, Worku A. Magnitude And Determinants Of Malnutrition Among Pregnant Women In Eastern Ethiopia: Evidence From Rural, Community-Based Setting. *Matern Child Nutr*. 2016;12(1):51–63.
9. Badan Pusat Statistik. Profil Statistik Kesehatan. 2021.
10. Kementerian Kesehatan RI. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018.
11. Janbek J, Sarki M, Specht IO HB. A Systematic Literature Review Of The Relation Between Iron Status/Anemia In Pregnancy And Offspring Neurodevelopment. *Eur J Clin Nutr*. 2019
12. Finkelstein JL, Kurpad A V., Bose B, Thomas T, Srinivasan K, Duggan C. Anaemia And Iron Deficiency In Pregnancy And Adverse Perinatal Outcomes In Southern India. *Eur J Clin Nutr*. 2020;74(1):112–25.
13. Siallagan D, Swamilaksita PD, Angkasa D. Pengaruh Asupan FE, Vitamin A, Vitamin B12, Dan Vitamin C Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Remaja Vegan. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*. 2016;13(2):67.
14. Kassebaum NJ, Jasrasaria R, Naghavi M, Wulf SK JN, Lozano R et al. A Systematic Analysis Of Global Anemia Burden From 1990 To 2010. *Blood*. 2014;30; 123: 615-624.
15. Ganchimeg T, Ota E, Morisaki N, Laopaiboon M, Lumbiganon P, Zhang J, et al. Pregnancy And Childbirth Outcomes Among Adolescent Mothers: A World Health Organization Multicountry Study. *BJOG*. 2014;121 Suppl:40–8.
16. Nove A, Matthews Z, Neal S, Camacho AV. Maternal Mortality In Adolescents Compared With Women Of Other Ages: Evidence From 144 Countries. *Lancet Glob Health*. 2014;2(3):e155–64.
17. González R, et al. Early Marriage And Its Impact On Anemia Among Pregnant Women: A Systematic Review. *International Journal of Gynecology & Obstetrics*. 2020;

18. Amin S, et al. Impact of Early Marriage on Nutritional Status of Pregnant Women: Evidence from Bangladesh. *J Health Popul Nutr.* 2018;
19. Purnama Y, Pratiwi RI, Dewiani K, Maryani D, Yusanti L, Ramadhaniati F. Hubungan Pernikahan Dini Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Kabupaten Kepahiang Provinsi Bengkulu The Relationship Between Early Marriage And The Incidence Of Anemia In Pregnant Women In Kepahiang Regency, Bengkulu Province. *Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang.* 2022;17(2).
20. Tiruneh FN, Tenagashaw MW, Asres DT, Cherie HA. Associations Of Early Marriage And Early Childbearing With Anemia Among Adolescent Girls In Ethiopia: A Multilevel Analysis Of Nationwide Survey. *Archives of Public Health.* 2021;79(1):1–10.
21. Sari SA, Fitri NL, Dewi NR. Hubungan Usia Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Kota Metro. *Jurnal Wacana Kesehatan.* 2021. Jul 25;6(1):23.
22. Syafrullah H, Chabellalia YW. Hubungan Antara Ibu Hamil Usia Muda Dengan Anemia Di Bpm “T” Cikutra Kota Bandung Tahun 2015. *Jurnal Sehat Masada.* 2019;13(1):56–64.
23. Suryaningsih M, Asfriyati A, Santosa H. Hubungan Keguguran Dan Anemia Dengan Pernikahan Usia Muda Di Desa Hapesong Lama. *Jurnal Muara Sains, Teknologi, Kedokteran dan Ilmu Kesehatan.* 2019 Oct 2;3(1):37.
24. Hapisah., Rizani A. Kehamilan Remaja Terhadap Kejadian Anemia Di Wilayah Puskesmas Cempaka Kota Banjarbaru. *Jurnal Vokasi Kesehatan.* 2015. Vol 1, No 4.
25. Ernawati H, Verawati M. Kesehatan Ibu Dan Bayi Pada Pernikahan Dini. *Media Ilmu Kesehatan.* 2014;3(3):132–205.
26. Ko GTC., Chan JCN. Effects Of Obesity On Blood Hemoglobin And Iron Status *Obesity Research & Clinical Practice.* 2014;8(2), 182–188.
27. Pruijboom L., Hoekstra J. Gastrointestinal Function In Relation To Anemia. *Int J Hematol.* 2012;95(1), 18–24.
28. Yulistiawati D, Afrinis N, Afiah. Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Anemia, Asupan Fe, Dan Vitamin A Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Purnama. *Jurnal Kesehatan Terpadu.* 2023;2(3).
29. Meliyani A, Sitoru R, Flora R, Hasyim H, Zulkarnain M, Tanjung R, et al. Hubungan Asupan Fe Dengan Kejadian Anemia Defisiensi Besi Pada Ibu Hamil Di Kabupaten Seluma. *Journal OF Nursing And Public Health.* 2022. Vol 10 No 2.
30. Wulandari W, Sulistiyani S, Rohmawati N. Faktor Risiko Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Kecamatan Tenggara Kabupaten Bondowoso. *BIOGRAPH-I: Journal Of Biostatistics And Demographic Dynamic.* 2023 Nov 30;3(2).
31. Tarigan N, Sitompul L, Zahra S, Gizi J, Medan P. Asupan Energi, Protein, Zat Besi, Asam Folat Dan Status Anemia Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Petumbukan. *Wahana Inovasi.* 2021;10(1).
32. Kusumawati E, Rahardjo S. Hubungan Tingkat Asupan Zat Gizi Dengan Anemia Ibu Hamil Di Puskesmas Purwokerto Timur Ii Dan Puskesmas Baturaden Di Kabupaten Banyumas Correlation Between Nutrient Intake Level And Anemia Of Pregnant Women In Banyumas District (Study At Puskesmas Purwokerto Timur Ii And Puskesmas Baturaden). *Jurnal Kesmas Indonesia.* 2020. Volume 12 nomor 2.
33. Pratiwi R, Widari D. Hubungan Konsumsi Sumber Pangan Enhancer Dan Inhibitor Zat Besi Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil. *Amerta Nutr.* 2018;283–91.