

HUBUNGAN ANTARA ASUPAN ENERGI DAN KETAATAN KONSUMSI TABLET Fe DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA IBU HAMIL DI PUSKESMAS BAHU KOTA MANADO

Angelina Lopian*

*Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi

ABSTRAK

Anemia ibu hamil terjadi karena ketidakseimbangan kebutuhan Fe yang meningkat dengan asupan yang kurang. Ibu hamil membutuhkan Fe sebanyak 1000 mg, sedangkan asupan Fe yang berasal dari makanan selama kehamilan seringkali tidak banyak berubah, sehingga kebutuhan tersebut tidak dapat terpenuhi. Pada umumnya anemia dapat diatasi dan dicegah dengan memperbaiki pola makan, yaitu mengonsumsi makanan kaya Fe. Namun kebutuhan tersebut seringkali tidak terpenuhi karena sumber Fe terbaik dari makanan hewani umumnya berharga mahal. Oleh karena itu, ibu hamil dianjurkan minum suplemen Fe, yang dikenal dengan nama Tabet Tambah Darah (TTD). Tujuan penelitian ini yaitu, untuk menganalisis adakah hubungan antara asupan energi dan ketaatan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada ibu hamil di PUSKESMAS Bahu Kota Manado. Jenis penelitian ini adalah penelitian observasional analitik dengan rancangan penelitian cross sectional (potong lintang). Pengambilan sampel dilakukan kepada seluruh ibu hamil yang memeriksa kehamilannya di PUSKESMAS Bahu Kota Manado selama penelitian berlangsung, dengan jumlah responden 60 orang. Analisis yang digunakan yaitu, uji Chi-Square dengan $\alpha = 0,05$. Kesimpulan hasil penelitian ini yaitu, terdapat hubungan antara ketaatan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada ibu hamil di PUSKESMAS Bahu Kota Manado dengan $p \text{ value} = 0,022 < 0,05$.

Kata Kunci: Asupan Energi, Ketaatan Konsumsi Tablet Fe, Anemia

ABSTRACT

Anemia of pregnant women occurs because of an imbalance of increased Fe demand with a low intake. Pregnant women need as much as 1000 mg of Fe, while the intake of Fe derived from food during pregnancy often does not change much, so that these needs cannot be met. Generally anemia can be overcome and prevented by improving diet, which is consuming Fe-rich foods. But these needs are often not met because the best Fe sources of animal foods are generally expensive. Therefore, pregnant women are encouraged to take Fe supplements, which is known as Blood Increaser Tabet (BIT). The purpose of this study is to analyze the relationship between energy intake and adherence to consumption of Fe tablets with the incidence of anemia in pregnant women at Public Health Center Bahu in Manado City. This type of research is an analytic observational study with cross sectional research design. Sampling was carried out to all pregnant women who examined their pregnancies at the Public Health Center of Manado City during the study, with 60 respondents. The analysis used is, Chi-Square test with $\alpha = 0.05$. The conclusion of the results of this study is that there is a relationship between adherence to consumption of tablet Fe with the incidence of anemia in pregnant women at Public Health Center Bahu Kota Manado with $p \text{ value} = 0.022 < 0.05$.

Keywords: Energy Intake, Obedience of Consumption Fe Tablets, Anemia

PENDAHULUAN

Anemia pada wanita usia subur (WUS) dapat menimbulkan kelelahan, badan lemah, penurunan kapasitas/kemampuan atau produktivitas kerja. Bagi ibu hamil,

anemia berperan pada peningkatan prevalensi kematian dan sakitnya ibu dan bagi bayi dapat meningkatkan risiko dan sakitnya kematian bayi (Achadi, 2007)

Menurut *World Health Organization* (WHO), 40% kematian ibu di negara berkembang berkaitan dengan anemia dalam kehamilan. Kebanyakan anemia dalam kehamilan disebabkan oleh defisiensi besi dan pendarahan akut. Salah satu program pemerintah dalam rangka menurunkan angka morbiditas dan mortalitas ibu hamil karena anemia adalah pemberian tablet penambah darah yang didistribusikan melalui institusi kesehatan pemerintah maupun swasta.

Fe adalah bagian penting dari hemoglobin, myoglobin, dan enzim. zat gizi ini tergolong esensial sehingga harus disuplai dari makanan (departemen Gizi dan Kesehatan masyarakat FKM-UI).

Faktor yang sering dikemukakan oleh ibu hamil ialah pernyataan “lupa” untuk meminum tablet besi (Purwaningsih dkk, 2006). Tingkat pengetahuan ibu hamil yang rendah akan mempengaruhi bagaimana ibu hamil menjaga kehamilannya. Pengetahuan kurang memiliki risiko 1,45 kali lebih besar untuk menderita anemia dalam kehamilan dibandingkan dengan ibu hamil yang berpengetahuan baik (Mulyati, 2007).

Hal hal tersebut yang kemudian menjadi latar belakang pemikiran peneliti melakukan penelitian yang bertujuan untuk menganalisis adakah hubungan antara asupan energi dan

ketaatan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada ibu hamil.

Kehamilan merupakan proses alamiah dalam periode pertumbuhan seorang wanita. Perubahan fisik maupun psikologi yang terjadi selama kehamilan bersifat fisiologi bukan patologis. Pertumbuhan dan perkembangan buah kehamilan sangat tergantung dari beberapa faktor eksternal baik lingkungan maupun dukungan orang-orang disekitar ibu. Kesemuanya itu menentukan derajat kesehatan ibu hamil dan output kehamilannya. Lamanya kehamilan dimulai dari ovulasi sampai partus kira-kira 280 hari (40minggu), dan tidak lebih dari 300 hari (43 minggu). Kehamilan seluruhnya dibagi menjadi 3 periode. Masing-masing periode lamanya 3 bulan (12 minggggu), (Bartini,2012).

Anemia didefinisikan sebagai suatu keadaan kadar hemoglobin (Hb) di dalam darah lebih rendah daripada nilai normal untuk kelompok orang menurut umur dan jenis kelamin” (Wirjatmadi dan Adriani, 2012). Anemia dapat ditandai dengan rendahnya konsentrasi hemoglobin (Hb) atau hematokrit nilai ambang batas (referensi) yang disebabkan oleh rendahnya produksi sel darah merah (eritrosit) dan kehilangan darah yang berlebihan. Defisiensi zat besi mempunyai peran besar dalam kejadian anemia (Fatmah, 2012).

Anemia adalah suatu kondisi medis dimana jumlah sel darah merah atau hemoglobin kurang dari normal. Kadar hemoglobin normal umumnya berbeda pada laki-laki dan perempuan. Untuk pria, anemia biasanya didefinisikan sebagai

kadar hemoglobin kurang dari 13,5 gram/100ml dan pada wanita sebagai hemoglobin kurang dari 12,0 gram/100ml. Definisi ini mungkin sedikit berbeda tergantung pada sumber dan referensi laboratorium yang digunakan. Anemia merupakan salah satu kelainan darah yang umum terjadi ketika kadar sel darah merah (eritrosit) dalam tubuh menjadi terlalu rendah. Hal ini dapat menyebabkan masalah kesehatan karena sel darah merah mengandung hemoglobin, yang membawa oksigen ke jaringan tubuh. Anemia dapat menyebabkan berbagai komplikasi, termasuk kelelahan dan stres pada organ tubuh. (Atikah,2011)

Secara umum anemia dapat diklasifikasikan menjadi: (a) anemia defisiensi besi sebanyak 62,3%; (b) anemia megaloblastic sebanyak 29%; (c) anemia hipoplastik dan aplastic sebanyak 8%; dan (d) anemia hemolitik sebanyak 0,7% (Proverawati, 2009).

Penyebab paling umum dari anemia pada kehamilan adalah kekurangan zat besi. Hal ini penting dilakukan pemeriksaan untuk anemia pada

kunjungan pertama kehamilan. Bahkan tidak mengalami anemia pada saat kunjungan pertama, masih mungkin terjadi anemia pada kehamilan selanjutnya. Tubuh mengalami perubahan yang signifikan saat hamil. Jumlah darah dalam tubuh meningkat sekitar 20-30%, sehingga memerlukan peningkatan kebutuhan pasokan besi dan vitamin untuk membuat hemoglobin. Ketika hamil, tubuh membuat lebih banyak darah untuk berbagi dengan bayinya. Tubuh mungkin memerlukan darah hingga 30% lebih banyak dari pada ketika tidak hamil. Jika tubuh tidak memiliki cukup zat besi, tubuh tidak dapat membuat sel-sel darah merah yang dibutuhkan untuk membuat darah ekstra. Selain itu, jika secara signifikan terjadi anemia selama trimester pertama, maka berisiko lebih besar untuk memiliki bayi lahir premature atau berat badan bayi lebih rendah. Anemia pada ibu hamil juga meningkatkan resiko kehilangan darah selama persalinan dan membuatnya lebih sulit untuk melawan infeksi. (Atikah,2011)

Kebutuhan zat besi pada saat kehamilan meningkat, beberapa literatur mengatakan kebutuhan zat besi dua kali lipat dari kebutuhan sebelum hamil. Hal ini terjadi karena selama hamil, volume darah meningkat 50% sehingga perlu lebih banyak zat besi untuk membentuk hemoglobin. Pertumbuhan janin dan

plasenta yang sangat pesat juga memerlukan banyak zat besi, dalam keadaan tidak hamil kebutuhan zat besi biasanya dapat dipenuhi dari menu makanan sehat dan seimbang. Keadaan hamil konsumsi zat besi dari makanan masih belum mencukupi sehingga dibutuhkan suplemen berupa tablet besi dapat meningkatkan kadar hemoglobin (Depkes RI, 2009).

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian *observational analitic* dengan rancangan penelitian *cross sectional* (potong intang).

Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di PUSKESMAS Bahu Kota Manado selama 2 bulan yakni, bulan November-Desember 2017.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil yang berada di cakupan wilayah kerja PUSKESMAS Bahu Kota Manado. Sampel penelitian ini adalah ibu hamil yang memeriksakan kehamilannya di PUSKESMAS Bahu Kota Manado selama penelitian berlangsung yang berjumlah 60 orang.

Instrumen Penelitian

1. Kuesioner
2. Timbangan injak berkapasitas 130 Kg merk seca dengan tingkat ketelitian 0,1 Kg
3. Alat ukur tinggi badan
4. Alat ukur tingkat Hemoglobin sahli
5. Alat hisap darah (tipe 10 uL) berwarna kuning
6. Computer untuk analisis data dengan program *nutrisurvey*
7. Perangkat lunak yaitu *Statistical Program For Social Sciences* (SPSS)

Jenis dan Cara Pengumpulan Data

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer dan data sekunder. Adapun data yang dimaksud didapatkan dengan cara observasi, wawancara, survey dan dokumentasi kepada objek dan responden yang diteliti.

Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis univariat dan bivariat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi Karakteristik Sampel

Berikut ini merupakan data distribusi responden berdasarkan umur ibu, tinggi badan, paritas, pendidikan ibu, pekerjaan ibu, mendapatkan tablet fe, asupan energi, ketaatan konsumsi tablet

Fe dan hemoglobin, dapat dilihat dalam tabel 1.

Tabel 1. Distribusi Responden

Umur Ibu	n	%
< 35 Tahun	51	85,0
≥ 35 Tahun	9	15,0
Total	60	100
Tinggi Badan	N	%
>150 cm	16	26,7
≥ 150 cm	44	73,3
Total	60	100
Paritas	N	%
<3 Anak	4	6,7
≥ 3 Anak	56	93,3
Total	60	100
Pendidikan Ibu	n	%
Pendidikan Dasar	10	16,7
Pendidikan Tinggi	50	83,3
Total	60	100
Pekerjaan Ibu	n	%
Tidak Bekerja	27	45,0
Bekerja	33	55,0
Total	60	100
Mendapatkan Tablet Fe	n	%
Ya	39	65,0
Tidak	21	35,0
Total	60	100
Asupan Energi	n	%
Kurang	10	16,7
Cukup	50	83,3
Total	60	100
Ketaatan Konsumsi Tablet Fe	n	%
Tidak Taat	32	60,0
Taat	28	40,0
Total	60	100
Hemoglobin	n	%
Anemia	33	55,0
Tidak Anemia	27	45,0
Total	60	100

Sumber: Data yang diolah 2018.

Berikut ini merupakan output olahan data mengenai hubungan antara asupan energi dengan kejadian anemia pada ibu hamil di PUSKESMAS Bahu Kota Manado:

Tabel 2. Hubungan Antara Asupan Energi Dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di PUSKESMAS Bahu Kota Manado

Asupan Energi	Kejadia Anemia				Total		P Va lue
	Anemia	Tidak	n	%	n	%	
Kurang	6	4	10,0	6,7	10	100	1000
Cukup	27	23	45,0	38,3	50	100	

Sumber: Data yang diolah 2018.

Dari tabel di atas, hasil analisis hubungan antara asupan energi dengan kejadian anemia diperoleh bahwa diantara 60 responden, terdapat 6 responden menderita anemia dengan presentase 10% yang memiliki asupan energi kurang. Kemudian 4 responden yang tidak menderita anemia dengan presentase 6,7% yang memiliki asupan energy kurang, dan 27 responden dengan presentase 45% yang menderita anemia yang memiliki asupan energi yang cukup, dan 23 responden dengan presentase 38,3% yang tidak menderita anemia dengan asupan energi cukup.

Berikut ini merupakan output olahan data mengenai hubungan antara ketaatan konsumsi tabket Fe dengan kejadian anemia pada ibu hamil di PUSKESMAS Bahu Kota Manado:

Tabel 3. Hubungan Antara Ketaatan Konsumsi Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di PUSKESMAS Bahu Kota Manado

Tablet Fe	Kejadia Anemia				Total		P Va lue
	Anemia		Tidak		n	%	
	n	%	n	%			
Tidak	22	36,7	10	16,7	32	100	1000
Ya	11	18,3	17	28,3	28	100	

Sumber: Data yang diolah 2018.

Dari tabel di atas, hasil analisis hubungan antara ketaatan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia diperoleh bahwa diantara 60 responden, terdapat 22 responden yang tidak taat mengkonsumsi tablet Fe yang menderita anemia dengan presentase 36,7%, dan 10 responden yang tidak taat mengkonsumsi tablet Fe dan tidak menderita anemia dengan presentase 16,7%. Kemudian 11 responden dengan presentase 18,3% taat mengkonsumsi tablet Fe dan menderita Anemia, dan 17 responden dengan presentase 28,3% taat mengkonsumsi tablet Fe dan tidak menderita anemia.

KESIMPULAN

1. Asupan energi dengan kejadian anemia pada ibu hamil dengan asupan energi kurang 10 responden (16,7%) dan 50 responden (83,3%) memiliki asupan energi cukup;
2. Ketaatan konsumsi tablet Fe yang taat mengkonsumsi tablet Fe 24 responden (40,0%) dan yang tidak

taat mengkonsumsi 36 responden (60,0%);

3. Responden atau ibu hamil yang menderita anemia di PUSKESMAS Bahu Kota Manado yaitu 55% dan ibu hamil yang tidak menderita anemia yaitu 45%;
4. Tidak terdapat hubungan antara asupan energi dengan kejadian anemia di PUSKESMAS Bahu Kota Manado;
5. Terdapat hubungan antara ketaatan konsumsitablet Fe dengan kejadian anemia pada ibu hamil di PUSKESMAS Bahu Kota Manado.

SARAN

1. Bagi pegawai yang ada di wilayah kerja PUSKESMAS Bahu Kota Manado terlebih khusus pada bagian program gizi agar lebih ditingkatkan lagi penyuluhan bagi ibu hamil akan pentingnya mengkonsumsi tablet Fe.
2. Bagi seluruh masyarakat yang ada di cakupan wilayah kerja PUSKESMAS Bahu Kota Manado harus lebih memperhatikan kesehatan dii sendiri terlebih khusus para ibu hamil akan pentingnya konsumsi tablet Fe.

DAFTAR PUSTAKA

- Depkes RI. 2013. Riset Kesehatan Dasar. Jakarta: Badan Penelitian dan pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.

- Achadi. 2007. *Gizi dan Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Proverawati, 2009. *Buku Ajar Gizi untuk Kebidanan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Indreswari, Marissa, et al. 2008. Hubungan Antara Intensitas Pemeriksaan Kehamilan, Fasilitas Pelayanan Kesehatan dan Konsumsi Tablet Besi dengan Tingkat Keluhan Selama Kehamilan. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 3 (1), 12 – 21.
- Mulyati R., 2007. Hubungan antara Pengetahuan tentang Anemia dan Asupan Gizi Pada Ibu Hamil dengan Risiko Terjadinya Anemia dalam Kehamilan di Peskesmas Kecamatan Kembangan, Jakarta Barat Periode 10-18 Desember 2007. *Ebers Papyrus*. 13 (4): 169-76.
- Prawirohardjo S., 2008. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Wirjatmadi dan Adriani. 2012. *Peranan Gizi dalam Siklus Kehidupan*. Jakarta: Kencana.
- Almatsier S., 2010. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.