KEBUTUHAN IBU HAMIL AKAN TABLET BESI UNTUK PENCEGAHAN ANEMI

Fitrah Ernawati; Yuniar Rosmalina dan Susilowati Herman

ABSTRACT

THE NEED OF IRON TABLET OF PREGNANT WOMEN TO PREVENT FROM ANEMIA

Background: The prevalence of anemia among pregnant women remain high about 51%. Many studies have been done to reduce prevalence anemia among pregnant women, however the studies do not encourage of the pregnant women to full fill their need of Iron tablet.
Objective: To know the knowledge of anemia and its consequence, anemia status and the need of iron tablet of pregnant women who get anemia counseling from midwife and those who did not get counseling.
Method: The site of the study was Bogor Municipality. Cohort observation was used in the study. The subjects were pregnant women of second and third trimester and they were grouped into two groups with and without anemia counseling by midwife during iron tablet administration. The data gathered were the need of iron tablet, social economic, knowledge about anemia and its consequence, hemoglobin and hematocrit.
Results: we found a significance increase of knowledge about anemia and its consequence in the group of women with anemia counseling, but their need of iron tablet is still low about 20-30 percent in the two groups. There were 52 percent women with counseling group consuming the entire tablet given from midwife. However, anemia was remaining high 46,2 percent among pregnant women with counseling group.
Conclusions: The percentage of anemia after four month anemia counseling is high since the need of iron tablet of pregnant women is low. **[Penel Gizi Makan 2000,23: 92-98]**

Key Words: *pregnant women, iron tablet, anemia*

PENDAHULUAN

Anemi gizi besi pada ibu hamil masih menjadi salah satu masalah gizi utama di Indonesia. Penyebab utama anemi ini adalah kekurangan zat besi. Selama kehamilan terjadi peningkatan kebutuhan zat besi hampir tiga kali lipat untuk pertumbuhan janin dan keperluan ibu hamil (1).

Konsekuensi anemi pada ibu hamil dapat membawa pengaruh buruk baik terhadap kesehatan ibu maupun janinnya, keadaan ini dapat meningkatkan morbiditas maupun mortalitas ibu dan anak.

Hanya sedikit wanita hamil di negara berkembang seperti di Indonesia yang dapat memenuhi kebutuhan zat besi selama kehamilan melalui makanan sehari-hari karena sumber utama zat besi yang mudah diserap oleh tubuh (besi heme) relatif mahal harganya. Oleh karena itu program pemberian suplementasi tablet besi selama kehamilan merupakan salah satu alternatif untuk mengatasi anemi. Melalui program Gizi telah didistribusikan tablet besi kepada ibu hamil melalui Posyandu, akan tetapi prevalensi anemi masih relatif tinggi 51% (2).

Faktor utama yang mempengaruhi sulitnya penurunan prevalensi anemi ini antara lain karena rendahnya cakupan distribusi dan kepatuhan ibu mengkonsumsi tablet besi. Survei Kesehatan Rumah Tangga (2) melaporkan bahwa distribusi tablet besi sebesar 27 % dan kepatuhan ibu mengkonsumsi tablet besi sebanyak 23 %.

Kepatuhan ibu mengkonsumsi tablet besi setiap hari pada masa hamil memerlukan kesadaran dari ibu hamil itu sendiri. Banyak penelitian yang sudah dilakukan dalam upaya menurunkan prevalensi anemi, tetapi usaha tersebut belum banyak melibatkan kesadaran ibu hamil untuk mendapatkan dan memenuhi kebutuhan akan tablet besi dalam upaya mencegah anemi.

Pemberian tablet besi yang disertai penyuluhan diharapkan akan memberikan dampak pada pengetahuan ibu hamil tentang anemi yang selanjutnya akan berpengaruh pada kebutuhan (need) akan tablet besi. Sementara itu distribusi tablet besi yang diberikan tanpa disertai penyuluhan diduga dampak tersebut akan lebih kecil.

Penelitian ini dilakukan untuk mempelajari kebutuhan (need) ibu hamil akan tablet besi dalam upaya mencegah anemi

BAHAN DAN CARA

Rancangan penelitian ini adalah kohort Observasional. Dilakukan observasi pendahuluan untuk mendapatkan Posyandu yang memberikan

tablet besi disertai penyuluhan dan tanpa penyuluhan oleh bidan. Dalam memberikan penyuluhan Bidan menggunakan bahan penyuluhan dan buku-buku pedoman penanggulangan anemi dari Departemen Kesehatan. Penelitian ini dilakukan di Posyandu-posyandu yang terletak dibawah wilayah kerja 4 Puskesmas di kotamadya Bogor yang dipilih secara sengaja berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Bogor yang mempunyai angka ibu hamil tertinggi.

Sampel penelitian ini adalah ibu hamil dengan umur kehamilan trisemester ke dua dan ke tiga yang datang ke Posyandu di wilayah Puskesmas terpilih. Besar sampel ditetapkan dengan rumus $N=\{Z(1-\alpha)+ Z(1-\beta)\}^2 \times (SD)^2 \times 2\}/\Delta^2$. dengan $(1-\alpha)=$ 95% dan $(1-\beta)$ (power) = 80%, dipilih uji satu arah, serta standart deviasi (SD) hemoglobin pada penelitian terdahulu 0,8 gr/dl dan perubahan nilai Hb setelah 3 bulan yaitu 0,5 gr/dl (Δ) maka diperoleh sampel sebesar 41. Pengujian satu arah karena diharapkan terjadi peningkatan nilai Hb yang disebabkan peningkatan pengetahuan. Selanjutnya dengan memperkirakan adanya drop out ditambah 10% dari jumlah sampel perhitungan sehingga diharapkan perkelompok didapatkan 45 orang ibu hamil.

Data yang dikumpulkan meliputi kebutuhan (need) ibu akan tablet besi, pengukuran anthropometri yang terdiri dari Berat Badan, Tinggi Badan , Hb, Ht, riwayat kehamilan dan pemeriksaan kehamilan dilakukan setiap bulan yaitu kunjungan 1, 2, 3 dan ke 4. Pada awal penelitian dilakukan pengumpulan identitas subjek dan keadaan sosial ekonomi Pengetahuan subjek mengenai anemi; penyebab dan akibat anemi pada ibuhamil dikumpulkan pada kunjungan pertama dan terakhir.

Pengumpulan berat badan dilakukan dengan menggunakan timbangan badan Seca, tinggi badan diukur dengan alat Microtoise. Pemeriksaan hemoglobin menggunakan metode Cyanmethemoglobin, hematokrit dengan menggunakan metode mikrohematokrit. Pemeriksaan kehamilan dilakukan oleh bidan dengan menggunakan formulir riwayat kehamilan. Wawancara dengan menggunakan kuesioner terstruktur dilakukan untuk mendapatkan data identitas, sosial ekonomi serta data pengetahuan mengenai anemi dan konsekuensinya, serta pengetahuan dan kebutuhan (need) ibu tentang tablet besi.

Analisis statistik dilakukan untuk mengetahui perbedaan pengetahuan gizi dan kebutuhan ibuhamil akan tablet besi antara kelompok yang mendapat dan yang tidak mendapat penyuluhan oleh Bidan dengan uji non-parametris Mann-Whitney Wilcoxon.

HASIL DAN BAHASAN

Latar Belakang Subjek

Subjek penelitian ini adalah ibu-ibu hamil di wilayah kotamadya Bogor dengan umur kehamilan trimester dua dan tiga. Jumlah subjek yang memenuhi kriteria umur kehamilan pada awal penelitian adalah 45 subjek dari kelompok yang tidak mendapat penyuluhan dan 45 subjek dari kelompok yang mendapat penyuluhan oleh Bidan. Oleh karena beberapa alasan, tidak semua subjek dapat diperiksa sampai akhir penelitian. Alasan tersebut antara lain melahirkan prematur, pindah rumah, keguguran, dan tidak bersedia diperiksa darah pada pemeriksaan berikutnya. Jumlah subjek yang didapat sampai akhir penelitian pada kelompok yang mendapat penyuluhan dari Bidan sebanyak 39 orang, dan kelompok yang tidak mendapat penyuluhan sebanyak 37 orang.

Subjek rata -rata berusia 26 tahun. Pendidikan subjek kedua kelompok relatif masih rendah yaitu 10 % tidak tamat SD, 41% tamat S D (sekolah dasar), 26 % tamat SLTP, 18% tamat SLTA dan 5% sisanya pernah duduk di perguruan tinggi.

Pendidikan suami subjek kedua kelompok juga hampir sama yaitu sekitar 38% tamat SLTA. Suami subjek sebagian besar bekerja sebagai buruh dan pekerjaan subjek umumnya sebagai ibu rumah tangga.

Pengetahuan Subjek tentang Anemi

Pengetahuan subjek tentang anemi meliputi pengetahuan mengenai anemi, penyebab dan akibat anemi pada ibu hamil .

Proporsi subjek yang mengetahui tentang anemi pada kelompok yang mendapat penyuluhan dari Bidan meningkat sangat bermakna ($P < 0.05$) dibandingkan dengan kelompok yang tidak mendapat penyuluhan. Perubahan proporsi tersebut dari 23 persen pada awal penelitian menjadi 95 persen di akhir penelitian (Tabel 1).

Tabel 1
Tingkat Pengetahuan Subjek tentang Anemi pada Bulan Ke-1 dan Ke- 4 Penelitian

	Mendapat Penyuluhan				Tidak Mendapat Penyuluhan			
	Bulan ke-1		Bulan ke-4		Bulan ke-1		Bulan ke-4	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Tahu	9	23,1	37	94,9	15	40,5	17	45,9
Tidak tahu	30	76,9	2	5,1	22	59,5	20	54,0

Pengetahuan Subjek tentang Penyebab Anemi

Tabel 2, memberikan informasi mengenai proporsi subjek yang mengetahui tentang penyebab anemi pada ibu hamil pada awal dan akhir penelitian. Proporsi subjek yang mengatakan bahwa penyebab anemi karena kurang makanan sumber zat besi dari kelompok yang mendapat penyuluhan meningkat secara bermakna (P<0.05) dibandingkan dengan kelompok yang tidak mendapat penyuluhan dari kurang 5 persen menjadi lebih dari 50 persen pada bulan ke 4. Sementara itu proporsi subjek yang tidak mengetahui penyebab anemi menurun dari 85 persen menjadi sekitar 10 persen pada kelompok yang mendapat penyuluhan, sedangkan pada kelompok yang tidak mendapat penyuluhan proporsinya sedikit meningkat dari dua pertiga jumlah subjek menjadi 70 persen (P>0,05).

Tabel 2
Sebaran Subjek yang Mengetahui tentang Penyebab Anemi pada Awal dan Akhir Penelitian

	Mendapat penyuluhan (n=37)				Tidak mendapat penyuluhan (n =39)			
	Bln ke -1		Bln ke- 4		Bln ke- 1		Bln ke- 4	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Kurang makanan sumber zat besi	1	2,6	20	51,3	4	10,8	7	18,9
Lain-lain (kurang makan Sayur, kurang tidur, vitamin, terlalu lelah)	5	12,8	14	35,9	8	21,6	4	10,8
Tidak tahu	33	84,6	5	12,8	25	67,6	26	70,3

Beberapa jawaban yang diberikan kurang spesifik tentang penyebab anemi, seperti kurang makan sayur dimana subjek tidak dapat menjelaskan jenis sayuran hijau sebagai sumber zat besi. Sayuran hijau diketahui mengandung zat besi meskipun daya serapnya rendah. Penyebab lain yang diutarakan oleh subjek seperti kurang tidur dan terlalu lelah adalah penyebab anemi yang tidak langsung.

Pengetahuan Subjek tentang Akibat Anemi

Proporsi subjek yang mengetahui bahwa Anemi dapat membahayakan keselamatan ibu hamil dan janin meningkat secara bermakna (P<0.05) pada kelompok yang mendapat penyuluhan dibandingkan dengan kelompok yang tidak mendapat penyuluhan yaitu dari 0 persen menjadi 20 persen.

Masih rendahnya proporsi subjek (20%) yang mengetahui bahwa anemi dapat berpengaruh buruk bagi keselamatan ibu hamil dan janin, mungkin karena kurangnya informasi tentang anemi khususnya anemi pada masa kehamilan. Dua pertiga dari subjek yang diteliti telah mengerti akibat anemi ringan seperti lemah, lesu dan sebagainya (Tabel 3).

Tabel 3
Sebaran Subjek yang Mengetahui tentang Akibat Anemi pada Ibu Hamil *pada Awal dan Akhir Penelitian*

	Mendapat penyuluhan				Tidak mendapat penyuluhan			
	Bln ke-1		Bln ke-4		Bln ke-1		Bln ke-4	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Membahayakan jiwa ibu	0	0	8	20,5	2	5,4	3	8,1
Badan lemah, lesu	3	7,7	26	66,7	6	16,2	6	16,2
Membahayakan jiwa I, ibu, lemah,lesu	0	0	0	0	3	8,1	0	0
Badan lemah, lesu, pucat	2	5,1	0	0	0	0	0	0
Mata berkunang-Kunang, lemah,lesu	0	0	0	0	2	5,4	0	0
Tidak tahu	34	87,2	5	12,8	26	70,3	28	75,7

Pada akhir penelitian, masih dijumpai sekitar 13% subjek yang tidak mengetahui penyebab anemi dan akibatnya meskipun telah mendapat penyuluhan, hal ini mungkin karena subjek lupa akan pesan-pesan yang disampaikan oleh Bidan karena subjek hanya *mengandalkan daya ingat* saja tanpa ada leaflet seperti buku balik,dsb sebagai alat bantu. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Susilowati.H.(4) *mengungkapkan bahwa penyuluhan yang disertai* leaflet dapat meningkatkan pengetahuan gizi responden karena leaflet dapat digunakan sebagai alat bantu untuk mengingat pesan yang disampaikan melalui penyuluhan.

Pengetahuan tentang anemi dan konsekuensinya pada ibu hamil mempengaruhi kesadaran dan motifasi untuk mencegah terjadinya anemi terutama pada masa kehamilan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian tablet besi dengan disertai penyuluhan yang dilakukan oleh bidan di *Posyandu mampu meningkatkan pengetahuan subjek* dengan cukup bermakna. Hasil penelitian ini hampir sama dengan penelitian dilakukan di Burma (5) yang menemukan bahwa pendidikan gizi dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil dan pada akhirnya dapat menurunkan prevalensi anemi.

Pengetahuan Subjek tentang Tablet Besi

Pengetahuan tentang tablet besi meliputi *pengetahuan responden mengenai manfaat tablet* besi untuk ibu hamil. Subjek menyatakan bahwa manfaat tablet besi adalah agar ibu hamil menjadi sehat, dapat mencegah perdarahan dan menjadikan janin sehat. Dengan Uji Mann Whitney menunjukkan bahwa pengetahuan responden kedua kelompok pada awal penelitian tidak berbeda bermakna (P>0,05), setelah empat bulan perbedaannya masih tetap tak bermakna pada taraf 5% namun bermakna pada taraf 10% (P=0.06).

Pada penelitian ini, suatu jawaban yang tidak *diduga muncul dari jawaban subjek yaitu manfaat* tablet besi dapat menaikkan tekanan darah. Hal ini mungkin karena subjek berasumsi bahwa tablet besi yang sering disebut dengan tablet "tambah darah" identik dengan tablet untuk "menaikkan" tekanan darah. Keadaan ini bila tidak dikoreksi akan berpengaruh pada ketaatan subjek dalam mengkonsumsi tablet besi karena ibu hamil yang tekanan darahnya sudah dinyatakan normal oleh Bidan, akan mengabaikan atau tidak mau mengkonsumsi tablet tersebut secara teratur (Tabel 4)

Tabel 4
Tingkat Pengetahuan Subjek tentang Manfaat Tablet Besi pada Bulan Ke-1 dan Ke- 4 Penelitian

	Mendapat penyuluhan		Tidak mendapat penyuluhan	
	Bln ke-1 (%)	Bln ke-4 (%)	Bln ke-1 (%)	Bln ke-4 (%)
1. Supaya ibu hamil sehat	28,2	48,7	18,9	24,3
2. Mencegah perdarahan sewaktu melahirkan	0	17,9	2,7	2,7
3. Janin tumbuh sehat	2,6	2,6	0	0
4 Lain-lain (untuk menaikkan tekanan darah)	30,8	23,0	43,2	62,1
5. Tidak tahu	33,3	7,7	29,7	10,8

Kebutuhan Tablet Besi Ibu Hamil

Tabel 5 menunjukkan bahwa sebagian besar subjek menyatakan tidak bersedia untuk membeli sendiri tablet besi karena ada perasaan takut keliru.

Proporsi responden yang bersedia mencari dan atau membeli sendiri tablet besi apabila tidak menerima /kehabisan dari Posyandu menurun. Dari data tersebut dapat dilihat bahwa kebutuhan ibu hamil akan tablet besi tidak dipengaruhi oleh perubahan pengetahuan yang terjadi. Hal ini mungkin disebabkan perubahan perilaku dipengaruhi banyak faktor seperti latar belakang, pendidikan subjek yang 40% hanya tamat SD, lamanya keterpaparan, faktor sosial ekonomi selain tablet besi bisa didapatkan secara cuma-cuma di Posyandu. Dugaan lain adalah mungkin gejala anemi yang banyak dirasakan subjek masih dalam tingkat gejala anemi ringan seperti pucat, lesu, lemah, sehingga dianggap sebagai gejala biasa yang tidak membahayakan. Hal tersebut diperkuat dengan jawaban responden yakni responden tidak melakukan tindakan apa apa meskipun tidak mendapat tablet atau kehabisan tablet besi ketika ke Posyandu.

Tabel 5
Kebutuhan Subjek akan Tablet Besi

	Mendapat penyuluhan		Tidak mendapat penyuluhan	
	Bln ke 1 %	Bln ke 4 %	Bln ke 1 %	Bln ke 4 %
Bersedia untuk mencari dan atau membeli sendiri	35,9	20,6	32,3	24,9
Tidak bersedia membeli tablet sendiri	64,1	79,4	67,6	75,1

Cakupan Distribusi Tablet Besi

Didapatkan sekitar 75 persen subjek yang menerima 30 tablet sebulan. Hampir 70 persen subjek yang telah mendapat penyuluhan oleh Bidan mengetahui manfaat tablet besi. Dalam kondisi seperti ini kebutuhan (need) subjek akan tablet besi sangat berperan, karena apabila ibu hamil menyadari akan pentingnya tablet besi sangat diperlukan di masa kehamilan , maka subjek akan mencari ke Posyandu atau membeli sendiri tablet besi ke Apotik atau toko obat.

Kepatuhan Subjek Mengkonsumsi Tablet Besi

Dijumpai 52% subjek dari kelompok yang mendapat penyuluhan dan 49,7 % subjek dari kelompok yang tidak mendapat penyuluhan mengkonsumsi semua tablet yang diterima. Alasan ibu tidak menghabiskan tablet pada kelompok yang mendapat penyuluhan yaitu 20 % lupa, 13% karena bosan, 10% karena merasa tekanan darahnya sudah normal, 5% karena tidak menyukai baunya, sedangkan pada kelompok yang tidak mendapat penyuluhan 15 % karena lupa, 10% karena bosan,

20% karena merasa tekanan darahnya sudah normal, 5% karena tidak menyukai baunya. Persentase kepatuhan ibu mengkonsumsi tablet pada penelitian ini lebih tinggi dari pada penelitian yang dilakukan oleh Schultink di Jakarta (6) yang menemui 36 % subjek mengkonsumsi habis tablet besi yang diberikan.

Proporsi Anemi Subjek

Dari hasil tersebut diatas dapat dilihat bahwa dampak *anemi ringan seperti lemah dan atau lesu* sudah banyak diketahui oleh subjek karena gejala anemi ringan sudah biasa dialami pada masa kehamilan. Gambaran tersebut dapat dilihat dari Tabel 6 yang menunjukkan sebesar 46 persen ibu hamil mempunyai kadar Hb 7–11 gr/dl. Dampak anemi yang lebih berat seperti anemi dapat penyebabkan perdarahan pada saat persalinan belum banyak diketahui oleh subjek. Dari data yang dikumpulkan tidak ditemukan ibu hamil anemi berat dengan kadar Hb < 7 gr/dl. Persentase anemi tersebut dapat ditekan bila kebutuhan subjek akan tablet besi cukup tinggi sehingga dapat mencegah terjadinya anemi karena secara fisiologi makin meningkatnya umur kehamilan terjadi hemodilusi yang ditandai dengan menurunnya kadar hemobglobin dan pada akhirnya akan terjadi anemi.

Tabel 6
Proporsi Anemi Subjek Kedua Kelompok Penelitian pada Bulan Ke-1 dan Ke-4

Kadar Hb	Mendapat penyuluhan		Tidak mendapat penyuluhan	
	Bln ke-1 %	Bln ke-4 %	Bln ke-1 %	Bln ke-4 %
>= 11,0 gr/dl	48,7	53,8	51,4	45,9
< 11,0 gr/dl	51,3	46,2	48,6	54,1

KESIMPULAN

- Tingkat pengetahuan subjek yang mendapat penyuluhan oleh Bidan tentang anemi, dan konsekuensinya pada ibu hamil lebih baik dari pada pengetahuan subjek yang tidak mendapat penyuluhan.
- Setelah empat kali mendapat penyuluhan, lebih dari 50 persen ibu hamil telah mengerti manfaat tablet *untuk mencegah anemi* .
- Ibu hamil yang merasakan bahwa tablet besi merupakan kebutuhan (need) untuk mencegah anemi sehingga bersedia mencari dan atau membeli *sendiri baik pada kelompok yang mendapat* penyuluhan maupun tidak mendapat masih rendah yaitu sekitar 20-30%.
- Lima puluh persen subjek dari kelompok yang *mendapat penyuluhan patuh mengkonsumsi habis* tablet besi yang diterimanya.
- Pada akhir penelitian proporsi anemi ibu hamil yang mendapat penyuluhan dijumpai sebesar 46 persen dan 54 persen dari kelompok yang *tidak mendapat* penyuluhan.

SARAN

- Perlu sosialisasi yang lebih efektif oleh Petugas Kesehatan baik melalui media maupun pada waktu kegiatan Program Kesehatan mengenai bahaya anemi selama kehamilan , manfaat tablet besi dan sumber zat besi makanan.
- Perlu penelitian lebih lanjut untuk subjek dengan segmen pendidikan dan tingkat ekonomi yang lebih tinggi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Kepala Dinas Kesehatan Kotamadya Bogor, Kepala Puskesmas Gang Kelor, Kepala Puskesmas Sindang Barang, Kepala Puskesmas Tegal Gundil, Kepala Puskesmas Warung Jambu. Kami juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh ibu hamil responden dan kader yang telah membantu selama penelitian berlangsung.

RUJUKAN

1. Yip, R. *Prevention and control of iron deficiency in developing countries*. Jakarta: UNICEF, 1996.
2. Departemen Kesehatan R.I. *Survey Kesehatan Rumah Tangga 1995*. Jakarta: Depkes R.I, 1995.
3. Snedecor, G.W and W.G. Cohran. *Statistical methods*. Sixth Edition. Iowa State, USA: University Press, 1978.
4. Herman, Susilowati. *Penggunaan leaflet dalam pendidikan gizi dan pengaruhnya terhadap tingkat pengetahuan ibu*. Penelitian Gizi dan Makanan 1990,13: 39-46.
5. P., Charoenlap; Dhanamita S., Kaewvichit R. *A WHO collaborative study on iron supplementation in Burma and in Thailand*. Am. J. Clin. Nutr. 1988, 47: 280-297.
6. Schultink, W.; Marianne, Paul M and Rainer, G. *Low compliance with an iron supplementation program*. Am. J. Clin. Nutr. 1993. 57: 139-140.