

Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe dan Asupan Makronutrien terhadap Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Desa Pagejungan

Meliana Meta Sari¹, Anggray Duvita Wahyani², Yuniarti Dewi Rahmawati^{*3}

^{1,2,3} Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhadi Setiabudi, Indonesia
e-mail : ¹melianametta@gmail.com, ²anggraydw@gmail.com, ^{*3}yuniartidewi.rahmawati@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kepatuhan konsumsi tablet Fe, dan jumlah asupan makronutrien dengan kejadian anemia pada ibu hamil di desa pagejungan. Penelitian menggunakan teknik *proposive sampling*. Hasil penelitian enunjukkan bahwa kepatuhan konsumsi Fe patuh 32 (64%) tidak patuh 18 (36%). Tingkat kecukupan asupan karbohidrat sesuai 17 (34%) tidak sesuai 33 (66%). Tingkat kecukupan asupan protein sesuai 25 (50%) tidak sesuai 25 (50%). Tingkat asupan lemak sesuai 15 (30%) tidak sesuai 35 (70%). Hasil uji *chis-square* variabel kepatuhan konsumsi Fe ($p = 0,962$) tingkat asupan karbohidrat ($p = 0,752$) tingkat asupan protein ($p = 0,04$) tingkat asupan lemak ($p = 0,135$). Kesimpulan Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kepatuhan konsumsi tablet Fe, asupan karbohidrat, asupan lemak dan terdapat adanya hubungan antara asupan protein dengan kejadian anemia pada ibu hamil di desa Pagejungan

Kata kunci: : Kepatuhan konsumsi tablet Fe, Asupan Karbohidrat, Asupan Protein, dan Asupan Lemak

ABSTRACT

Research objective to determine the relationship between compliance with the consumption of Fe tablets and the amount of macronutrient intake with the incidence of anemia in pregnant women in Pagejungan village. **Research methods** uses a proportional sampling technique. **Main findings** showed that 32 (64%) adhered to Fe consumption and 18 (36%) did not comply. Adequate level of carbohydrate intake was appropriate for 17 (34%) and not appropriate for 33 (66%). The level of adequacy of protein intake is appropriate 25 (50%) is not appropriate 25 (50%). The level of lemak intake is appropriate 15 (30%) is not appropriate 35 (70%). The results of the *chis-square* test for the compliance variable Fe consumption ($p = 0.962$), level of carbohydrate intake ($p = 0.752$), level of protein intake ($p = 0.04$) level of fat intake ($p = 0.135$). Conclusion There is no significant relationship between adherence to Fe tablet consumption, carbohydrate intake, fat intake and there is a relationship between protein intake and the incidence of anemia in pregnant women in Pagejungan village

Keywords: Compliance with Fe tablet consumption, Carbohydrate Intake, Protein Intake, and Fat Intake

PENDAHULUAN

Anemia pada kehamilan merupakan masalah karena mencerminkan nilai kesejahteraan sosial ekonomi masyarakat dan berpengaruh sangat besar terhadap kualitas sumber daya manusia. Anemia pada ibu hamil disebut *potensial danger for mother and child* (potensi membahayakan bagi ibu dan anak) karena itu anemia memerlukan perhatian serius dari pihak terkait dalam pelayanan kesehatan yang terdepan. Sebagian besar perempuan mengalami anemia selama kehamilan, baik di negara maju maupun dinegara berkembang.¹

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia adalah 48,9%. Angka menunjukkan peningkatan jika dibandingkan dengan

Informasi Artikel:

Submitted: Agustus 2024, **Accepted:** Agustus 2024, **Published:** Agustus 2024

ISSN: 2716-0084 (media online), Website: <http://jurnal.umus.ac.id/index.php/jigk>

Riskesdas tahun 2013 yaitu 37,1%. Dilihat dari cakupan pemberian tablet tambah darah pada ibu hamil tahun 2018, sebanyak 38,1% ibu hamil yang mendapatkan tablet Fe minimal 60 butir dan 61,9% mendapatkan tablet Fe 60 butir. Anemia dalam kehamilan adalah kondisi ibu dengan kadar hemoglobin kurang dari 11 gram% pada trimester 1 dan 3 atau kadar hemoglobin kurang dari 10,5 gram% pada trimester 2, nilai batas kadar hemoglobin pada trimester 2 tersebut karena merupakan puncak terjadinya hemodilusi.²

Berdasarkan data yang diperoleh dari dinas kesehatan kabupaten Brebes 2023 terdapat prevalensi anemia pada ibu hamil sebanyak 20,15%. Data yang diperoleh Puskesmas Brebes tahun 2023 terdapat 6452 ibu hamil yang diperiksa kadar hemoglobin dan ibu hamil anemia sekitar 1.300 ditemukan prevalensi anemia sebanyak 65,5% di Desa Pegejungan Brebes terdapat keseluruhan ibu hamil sebanyak 60 orang. Salah satu upaya yang dilakukan untuk menurunkan prevalensi anemia adalah dengan cara pemberian tablet besi (Fe) sebanyak 60 tablet selama masa kehamilan.³

Program pencegahan anemia pada ibu hamil di Indonesia dengan ibu hamil yang dianjurkan mengkonsumsi paling sedikit 90 tablet tambah darah selama kehamilannya. Tablet Fe sebagai suplemen yang diberikan pada ibu hamil menurut aturan harus dikonsumsi setiap hari. Ibu hamil dengan anemia mempunyai risiko kematian pada persalinan 3,6 kali lebih besar dibandingkan dengan ibu hamil tanpa anemia. Kontribusi anemia terhadap kematian ibu dan bayi diperkirakan lebih tinggi lagi, antara 50-70%. Angka tersebut dapat ditekan serendah-rendahnya bila ibu hamil dapat asupan 60 tablet dosis Fe dan pemberian vitamin B12 serta asam folat. Banyak ibu hamil yang menolak atau tidak mematuhi anjuran ini karena berbagai alasan.⁴

Kepatuhan dalam mengkonsumsi tablet zat besi adalah ketaatan ibu hamil dalam melaksanakan anjuran petugas kesehatan untuk mengkonsumsi tablet zat besi. Kepatuhan mengkonsumsi tablet zat besi diukur dari ketepatan jumlah tablet yang dikonsumsi, ketepatan cara mengkonsumsi tablet zat besi, frekuensi konsumsi perhari. Suplementasi besi atau pemberian tablet Fe merupakan salah 3 satu upaya penting dalam mencegah dan menanggulangi anemia, khususnya anemia kekurangan besi. Suplementasi besi merupakan cara efektif karena kandungan besi yang dilengkapi asam folat yang dapat mencegah anemia karena kekurangan asam folat. Ketidakepatuhan ibu hamil meminum tablet zat besi dapat memiliki peluang yang lebih besar untuk terkena anemia.⁵

Makronutrien adalah makanan utama yang membantu tubuh dan membentuk energi. Makronutrien terdiri dari 3 bagian utama yaitu lemak, protein dan karbohidrat. Makronutrien yaitu zat gizi yang banyak menyumbang energi bagi tubuh. Istilah makronutrien menggambarkan zat kimia yang memberikan kalori untuk energi termasuk karbohidrat, protein dan lemak. Tubuh memerlukan nutrisi-nutrisi tersebut dalam jumlah banyak.⁶ Makronutrien tersebut bisa menjadi faktor yang berpengaruh terhadap prevalensi anemia yang masih tinggi karena keberadaan makronutrien dalam tubuh saling memengaruhi dalam sintesis heme. Seperti halnya zinc merupakan makronutrien yang memiliki peranan penting dalam banyak fungsi tubuh, salah satunya sebagai kofaktor enzim Amino Levulinic Acid (ALA) – dehidratase yang berperan dalam sintesis heme saat berada pada sitosol sel sumsum tulang.⁷

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini merupakan penelitian observasional dengan desain *cross sectional* yaitu suatu rancangan penelitian yang dilakukan untuk mengetahui hubungan variabel bebas (Hubungan kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan asupan makronutrien) dengan variabel terikat (kejadian anemia pada ibu hamil).

Populasi adalah keseluruhan objek penelitian atau objek yang diteliti. Populasi target penelitian ini yaitu semua ibu hamil. Sampel adalah bagian dari populasi dimana informasi penelitian didapatkan. Pengambilan sampel dalam penelitian ini *proposive sampling* yaitu teknik penentuan sampel sesuai dengan kriteria inklusinya. Kriteria

inklusi untuk responden dalam penelitian ini adalah ibu hamil trimester pertama sampai ketiga yang bersedia menjadi responden dan berdomisili di Desa Pagejungan.

Variabel terikat dalam penelitian ini adalah kejadian anemia pada ibu hamil sedangkan variabel bebas dalam penelitian ini adalah kepatuhan konsumsi tablet Fe, Asupan karbohidrat, asupan protein, dan asupan lemak. Instrumen penelitian yang digunakan antara lain : kuesioner kepatuhan ibu hamil mengonsumsi tablet Fe, Kuesioner Ffq Asupan makan pada ibu hamil, pengecekan Hb menggunakan alat *Eaesy Thor*

Untuk memperoleh data yang diperlukan maka metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah: Kepatuhan konsumsi tablet Fe : menggunakan metode kuesioner kepatuhan, dengan kategori patuh jika ibu hamil rutin mengonsumsi tablet Fe setiap harinya atau minimal 5x dalam seminggu, sedangkan kategori tidak patuh jika konsumsi tablet Fe dilakukan kurang dari 5 hari dalam seminggu. Asupan makronutrien (karbohidrat, lemak, dan protein) dilakukan dengan kuesioner FFQ *semi kuantitatif*, mencatat jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi pada periode hari, minggu, bulan dalam selama kehamilan berlanjut. Pengecekan Hemoglobin : menggunakan metode *Easy Thor* dengan adanya pengecekan ini lebih mudah mengetahui ibu hamil akan terjadinya anemia atau tidak.

Analisis Univariat adalah analisis yang digunakan untuk mendiskripsikan karakteristik variabel bebas (kepatuhan konsumsi tablet Fe, asupan karbohidrat, asupan protein, asupan lemak) dan variabel terikat (kejadian anemia pada ibu hamil). Dengan melakukan analisis ini maka dapat digunakan untuk mengetahui distribusi frekuensi respon subjek dari setiap variabel. Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan masing-masing variabel bebas terhadap variabel terikat. Analisis bivariat akan dilakukan dengan menggunakan uji *Chi Square*. Uji *chi square* atau χ^2 test adalah salah satu jenis komperatif non parametris yang dilakukan pada dua variabel, dimana skala data kedua variabel adalah ordinal. Nilai p akan dibandingkan dengan nilai α , dengan ketentuan sebagai berikut: Jika nilai $p < \alpha$ ($p < 0,05$), maka hipotesis (H_0) ditolak, berarti sampel mendukung adanya hubungan yang signifikan. Jika nilai $p > \alpha$ ($p > 0,05$), maka hipotesis (H_0) diterima, berarti sampel tidak mendukung adanya hubungan yang signifikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini melibatkan anemia pada ibu hamil sebagai responden penelitian. Penelitian dilakukan selama 1 bulan dengan melakukan wawancara kepada ibu hamil mengenai kepatuhan mengonsumsi tablet Fe dan riwayat konsumsi makanan selama hamil serta melakukan pengukuran kadar hemoglobin kepada responden.

Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat. Analisis ini digunakan untuk mengetahui hubungan antara kepatuhan konsumsi tablet Fe, asupan karbohidrat, asupan protein dan asupan lemak. Berdasarkan hasil uji statistik chi-square didapatkan bahwa hasil yang disajikan dalam tabel 1

Tabel 1. Hubungan kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia

Variabel	Kategori	Kejadian Anemia		Total	<i>P – Value</i>
		Anemia	Normal		
Kepatuhan Konsumsi Fe	Tidak patuh	8	10	18	0,962
	Patuh	14	18	32	
Total		22	28	50	

Berdasarkan tabel 4.10 dapat di ketahui bahwa terdapat 18 responden yang tidak patuh dalam mengonsumsi tablet Fe, dengan 8 responden diantaranya mengalami anemia dan 10 normal. sedangkan 32 responden memenuhi kategori patuh mengonsumsi tablet Fe, dengan 14 responden diantaranya mengalami anemia dan 18 responden normal. Nilai $p\text{-value} = 0,962 (> 0,005)$, maka dapat di tarik kesimpulan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan Kejadian Anemia.

Hal ini sejalan dengan penelitian (Pratiwi & Safitri, 2021) dengan hasil analisis uji hubungan antara kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada ibu hamil di dapat nilai 0,229 yang artinya tidak ada hubungan dengan tingkat kejadian anemia pada ibu hamil. Faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan ibu hamil mengonsumsi zat besi (Fe) meliputi pengetahuan ibu tentang anemia dan penggunaan zat besi yang baik. Disimpulkan bahwa kepatuhan konsumsi tablet Fe juga berhubungan dengan pengetahuan ibu. dikarenakan kepatuhan konsumsi tablet Fe juga masih rendah karena kurangnya informasi atau pengetahuan dan banyak ibu hamil yang tidak suka mengonsumsi tablet Fe karena rasa dan bau yang amis. Di satu sisi, jika ibu hamil tidak mengonsumsi tablet Fe secara rutin maka sangat beresiko terjadi anemia dan menghambat perkembangan janin janin di dalam kandungan hingga mengakibatkan keguguran.

Dari uji statistik di atas diketahui bahwa tidak terdapat hubungan antara konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada ibu hamil. Hal ini bisa dikarenakan pada ibu hamil dengan kategori tidak patuh mengonsumsi tablet Fe, tetapi asupan protein dan zat besi dalam makanannya sudah tinggi, sehingga meskipun tidak rutin mengonsumsi tablet Fe, tetapi kandungan zat besi dalam makanan sudah cukup memenuhi kebutuhannya.

Tabel 2. Hubungan Asupan Karbohidrat dengan Kejadian Anemia

Variabel	Kategori	Kejadian Anemia		Total	$p\text{-value}$
		Anemia	Normal		
Asupan Karbohidrat	Tidak sesuai	14	19	33	0,754
	Sesuai	8	9	17	
Total		22	28	50	

Berdasarkan tabel 4.11 hasil penelitian menggunakan metode FFQ dapat diketahui bahwa, mengalami kejadian anemia dan memiliki tingkat asupan karbohidrat dengan kategori tidak sesuai 14 dan responden yang sesuai sebanyak 8, dibandingkan dengan kategori yang normal 19 sedangkan kategori asupan karbohidrat yang sesuai 9. Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh nilai $P\text{-Value} = 0,754 > 0,005$, sehingga H_0 diterima dan H_a ditolak, yang berarti tidak terdapat hubungan antara tingkat asupan karbohidrat dengan kejadian anemia.

Hal ini Sejalan dengan penelitian Hamid dkk (2014) menyatakan tidak berpengaruhnya asupan makan (karbohidrat) dengan Anemia pada ibu hamil Rata-rata asupan karbohidrat pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu. yaitu kurang dari Angka Kebutuhan Gizi (AKG) yang dianjurkan. Asupan karbohidrat kurang ini disebabkan karena sosial ekonomi yang rendah, tingkat pendidikan yang rendah serta kurangnya pengetahuan ibu hamil tentang asupan zat gizi yang penting selama masa kehamilan.³⁵

1. Hubungan Antara Asupan protein Dengan Kejadian Anemia

Tabel 3. Hubungan Antara Asupan Protein Dengan Kejadian Anemia

Variabel	Kategori	Kejadian Anemia		Total	<i>P – Value</i>
		Anemia	Normal		
Asupan Protein	Tidak sesuai	6	19	25	0,04
	Sesuai	16	9	25	
Total		22	28	50	

Berdasarkan tabel 4.12 hasil penelitian menggunakan metode FFQ dapat diketahui bahwa, terdapat 25 responden Tingkat Asupan Protein dengan kejadian anemia. Dimana 6 responden dengan kejadian anemia dan normal 19, sedangkan 16 responden kategori sesuai 25 responden dan 9 responden normal. Dimana hasil penelitian uji statistik diperoleh nilai $P - Value = 0,04 < 0,005$, sehingga ada hubungan antara asupan protein dengan kejadian anemia pada ibu hamil. Hal ini sejalan dengan penelitian Rizkia Halimatusyadiyah dengan judul hubungan asupan protein, zat besi dan pola makan terhadap kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas utara 2021 menyebutkan bahwa ada hubungan antara asupan dengan kejadian anemia di Puskesmas Cilacap. Protein diperlukan untuk membangun, memperbaiki dan mengganti jaringan tubuh. Ibu hamil memerlukan tambahan nutrisi protein nabati agar pertumbuhan janin tetap optimal

2. Hubungan Antara Asupan Lemak Dengan Kejadian Anemia

Tabel 4. Hubungan Antara Asupan Lemak Dengan Kejadian Anemia

Variabel	Kategori	Kejadian Anemia		Total	<i>P – Value</i>
		Anemia	Normal		
Asupan Lemak	Tidak sesuai	13	22	35	0,135
	Sesuai	9	6	15	
Total		22	28	50	

Berdasarkan tabel 4.13 hasil penelitian menggunakan metode FFQ dapat diketahui bahwa, terdapat 35 responden tingkat Asupan Lemak dengan kejadian anemia. Dimana 13 responden dengan kejadian anemia dan normal 22, sedangkan 9 responden kategori sesuai 15 dan 6 responden normal. Dimana hasil penelitian uji statistik diperoleh nilai $P - Value = 0,136 >$ tidak ada hubungan antara asupan lemak dengan kejadian anemia

Hal ini sejalan dengan penelitian (Restu & Susindra, 2016) dengan hasil analisis uji hubungan antara asupan lemak dengan kejadian anemia didapat nilai $p = 0,369$ yang memiliki arti tidak ada hubungan antara asupan lemak merupakan sumber utama penghasil energi bagi kebutuhan sel-sel jaringan tubuh. Disimpulkan bahwa asupan lemak yang kurang berhubungan dengan pendapatan, karena mayoritas responden di Desa Pagejungan ibu rumah tangga (IRT), kemungkinan besar pendapatan yang kurang tercukupi juga terpengaruh dengan mengonsumsi makan-makanan yang mengandung lemak seperti : daging merah atau sejenis daging lainnya

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan kepatuhan konsumsi tablet Fe, dan jumlah asupan makronutrien dengan kejadian anemia pada ibu hamil dapat di simpulkan

sebagai berikut:

Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kepatuhan konsumsi tablet Fe, asupan karbohidrat, asupan lemak dan terdapat adanya hubungan antara asupan protein dengan kejadian anemia pada ibu hamil di desa Pagejungan

DAFTAR PUSTAKA

- [1] WHO. Worldwide Prevalence of Anemia. WHO global database on anemia geneva. World Health Organization 2012.
- [2] Riset Kesehatan dasar (Riskesdes) tahun, 2018, tentang prevalensi anemia pada ibu.
- [3] Dinas Kesehatan Kabupaten Brebes, tahun 2023.
- [4] Kementerian kesehatan RI. 2016 Infodatin Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan . Jakarta Selatan.
- [5] Amni S.N .(2017) Hubungan Antara Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil. Diterbitkan. Makasar: Fakultas Kedokteran Universitas Hasanudin Makasar.
- [6] Abadi, E dan putri, L. A. R 2020 Konsumsi Makronutrien Pada Ibu Hamil. *Jurnal Kesehatan*
- [7] Andini., Siti, F., Zen, R. 2016. Hubungan Asupan Makronutrien Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6 (2)
- [8] Cunningham dkk. 2012. *Obstetri Williams*. Jakarta; EGC
- [9] WHO. Worldwide Prevalence of Anemia. WHO global database on anemia geneva. World Health Organization 2011
- [10] Departemen kesehatan (Depkes) RI. 2009
- [11] Wylie, Linda Bryce, H 2010, Manajemen Kebidanan Gangguan Medis Kehamilan, dan Persalinan. Jakarta ; EGC
- [12] A. Amini, C. E. Pamungkas, and A. P. Harapan, 2018. Umur Ibu Hamil dan Pasitas Sebagai Faktor Risiko yang Mempengaruhi Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Ampenan, *Midwifery Journal, Kebidanan*, 3 (2). 108-113
- [13] Wahyu Wt, Putri Ha. Hubungan Paritas Dengan Kejadian Anemia Pada ibu Hamil Di Puskesmas Godean II Sleman Yogyakarta 2015.
- [14] Pratiwi & Safitri, 2012 Hubungan Kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada ibu hamil. Dengan hasil uji hubungan yang signifikan antara kepatuhan konsumsi Fe dengan anemia pada ibu hamil
- [15] Hamid dkk 2014. Tidak terpengaruhnya antara asupan karbohidrat dengan kejadian anemia pada ibu hamil
- [16] Rizky Halimatusyadiyah adanya hubungan dengan tingkat asupan protein dengan kejadian anemia pada ibu hamil.
- [17] Restu & susindra, 2016 dengan hasil analisis uji hubungan antara asupan lemak dengan kejadian anemia pada ibu hamil .