

PENGARUH KONSELING GIZI DAN PEMBERIAN TABLET ZAT BESI TERHADAP PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN PADA IBU HAMIL TRIMESTER II

Hutari Puji Astuti ¹⁾, Wijayanti ²⁾

^{1,2} Prodi D-III Kebidanan STIKes Kusuma Husada Surakarta

ABSTRAK

Saat ini, kasus anemia gizi pada ibu hamil masih saja menjadi penyebab utama anemia di dunia, baik di negara maju maupun di Negara berkembang. Anemia defisiensi besi di Negara berkembang sekitar 80%. Di Indonesia, berdasarkan Survey Kesehatan Nasional tahun 2001 ditemukan sekitar 40,1% ibu hamil menderita anemia, tahun 2003 menjadi 50,9%. Laporan Survei Departemen Kesehatan-Unicef tahun 2005, menemukan bahwa dari sekitar 4 juta ibu hamil, separuhnya mengalami anemia gizi dan satu jutalainnya mengalami kekurangan energi kronis. Hasil penelitian 6 terakhir membuktikan bahwa pemberian tablet zat besi lebih efektif meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil, tetapi untuk lebih mengoptimalkan peningkatan kadar hemoglobin tersebut maka pemberian tablet zat besi perlu pula disertai dengan konseling gizi. Penelitian dilakukan di Kelurahan Kadipiro Kecamatan Banjarsari Surakarta. Penelitian ini merupakan jenis penelitian eksperimen semu (Quasi experiment) dengan desain non randomized control group pretest posttest. Subjek pada penelitian sebanyak 30 orang, pengambilan sampel secara purposive sampling. Hasil penelitian yang telah dilakukan, yaitu dengan memberikan konseling setiap satu bulan sekali selama 3 bulan dan pemberian tablet Fe 200 mg, asam folat 0,25 mg serta vitamin C 50 mg sejumlah 10 tablet yang diberikan bersamaan saat konseling menunjukkan adanya kenaikan Hemoglobin pada Ibu Hamil Trimester II tersebut.

Kata Kunci: konseling, gizi ibu hamil, anemia

ABSTRACT

Currently, cases of anemia among pregnant women is still a major cause of anemia in the world, both in developed countries and in developing countries. Iron deficiency anemia in developing countries about 80%. In Indonesia, according to the National Health Survey in 2001 found about 40.1% of pregnant women suffer from anemia, in 2003 to 50.9%. Laporanv Ministry of Health-UNICEF survey in 2005, found that of the approximately 4 million pregnant women, half of whom suffered anemia and one jutalainnya chronic energy deficiency. Last 6 research results prove that the provision of iron tablets more effectively increase hemoglobin levels of pregnant women, but to further optimize the increase in hemoglobin levels, the provision of iron tablets should also be accompanied by nutritional counseling. The study was conducted at the Village Kadipiro Banjarsari District of Surakarta. This study is a quasi-experimental research (Quasi-experiment) with the design of non-randomized control group pretest posttest. Subjects in the study of 30 people, sampling purposive sampling. The results of the research that has been done, by providing counseling once a month for 3 months and administration of 200 mg Fe tablets, 0.25 mg of folic acid and vitamin C 50 mg tablets given number 10 at the same time of counseling showed an increase in hemoglobin in Pregnant Women the second trimester.

Keywords: counseling, nutrition of pregnant women, anemia

1. PENDAHULUAN

Ketersediaan Sumber Daya Manusia (SDM) yang berkualitas yang memiliki kondisi fisik, mental, dan sosial yang prima serta penguasaan terhadap Ilmu dan Teknologi (Iptek) merupakan indikator keberhasilan pembangunan suatu bangsa. Sebaliknya, tingginya status gizi kurang dan buruk di suatu negara mencerminkan rendahnya pembangunan sumber daya manusia di negara tersebut yang pada akhirnya akan memberikan dampak pada ketidakmampuan untuk ikut serta berpartisipasi dalam pembangunan itu sendiri. Upaya untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia harus dimulai sejak janin dalam kandungan melalui perbaikan asupan gizi ibu. Asupan gizi ibu selama hamil dapat mempengaruhi pertumbuhan janin yang sedang dikandung. Ibu yang memiliki asupan gizi yang kurang pada masa hamil kemungkinan besar akan melahirkan bayi yang tidak sehat, tidak cukup bulan dan terlahir dengan berat badan rendah (Setyawan, 1997).

Kekurangan zat besi juga mengakibatkan kekurangan hemoglobin (Hb) dimana zat besi sebagai salah satu unsur pembentukannya. Hemoglobin berfungsi sebagai pengikat oksigen yang sangat dibutuhkan untuk metabolisme sel, hal ini dapat menyebabkan anak lahir dengan berat badan rendah, keguguran dan juga menyebabkan anemia pada bayinya. (Ridwanamiddin, 2007).

Untuk memenuhi kebutuhan akan zat besi selama hamil, ibu harus mengonsumsi zat besi sekitar 45-40 mg sehari. Kebutuhan ini dapat terpenuhi dari makanan yang kaya akan zat besi, seperti daging berwarna merah, hati, kunyit, telur, sayuran berdaun hijau, kacang-kacangan, tempe, roti, dan sereal. Tetapi jika dokter menemukan ibu hamil yang menunjukkan gejala anemia biasanya akan memberikan suplemen zat besi berupa tablet besi, biasanya dikonsumsi satu kali dalam sehari. Suplemen tablet besi juga

2. PELAKSANAAN

Lokasi Penelitian dilakukan di Kelurahan Kadipiro Kecamatan Banjarsari Surakarta wilayah kerja Puskesmas Gambirsari. Waktu Penelitian dilakukan selama 6 bulan yaitu mulai persiapan bulan Maret sampai September 2014,

sedangkan pengambilan data pada bulan Juni – Agustus 2014.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian eksperimen semu (*Quasi experiment*) dengan desain *non randomized control group pretest posttest*. Semua responden diberikan perlakuan dan diamati selama 3 bulan.

Subjek pada penelitian ini sebanyak 30 orang, pengambilan sampel secara purposive *sampling* dengan kriteria Ibu hamil Trimester II (13 –24 minggu) kehamilan, paritas < 2, tinggi badan >145, LILA > 21 cm, Kadar Hb > 8 g/dl, tidak mengalami perdarahan kronis, dan memiliki kemauan untuk mengikuti prosedur sampai selesai.

Ibu hamil menerima konseling sebulan sekali bersama dengan suplemen tablet zat besi satu kali setiap hari diberikan sejumlah 10 tablet. Konseling dilakukan di rumah setiap ibu hamil yang kadang dihadiri oleh keluarga terdekat. Konseling diberikan oleh peneliti yang memberikan petunjuk terkait bagaimana mengonsumsi makanan yang bergizi yang berasal dari makanan yang dapat diperoleh dengan mudah di sekitarnya. Suplemen tablet zat besi adalah suplemen yang dibuat khusus yang terdiri dari zat besi dan folat yang selama ini digunakan dalam program namun ditambahkan dengan 50 mg vitamin C. Penelitian sebelumnya telah menggunakan suplemen yang sama memperlihatkan bahwa pemberian 2 kapsul per pekan telah dapat memberikan peningkatan hemoglobin secara bermakna. Setiap ibu hamil memperoleh 8 kapsul setiap bulan dan ibu dianjurkan mengonsumsi 2 kali setiap pekan. Seorang petugas lapangan akan mengontrol jumlah kapsul yang dikonsumsi setiap 2 pekan.

Analisis data untuk melihat perbedaan data awal dengan data akhir menggunakan *Uji Paired test* dan *Uji t independent* untuk melihat perbedaan besar peningkatan antara sebelum dan sesudah diberikan intervensi, yang meliputi kadar Hb dan penambahan berat badan.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan mulai bulan Mei 2014 bertempat di Wilayah kelurahan Kadipiro

Kecamatan Banjarsari Surakarta dengan sampel Ibu Hamil Trimester II sebanyak 30 orang. Dari penelitian yang telah dilakukan selama tiga kali pengambilan dan pemeriksaan sampel darah untuk mengetahui kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil Trimester II yaitu satu kali pengambilan darah sebelum intervensi bila sebelumnya belum pernah dilakukan pengecekan hemoglobin (*pre test*) dan dua kali untuk penelitian (*post test*). Selain pengambilan dan pemeriksaan darah juga dilakukan konseling secara individu .

Pada tahap awal responden diberikan Kuesioner untuk mengetahui sejauhmana pengetahuan responden tentang gizi ibu hamil dan diberikan kuesioner setelah dilakukan intervensi selama tiga kali konseling untuk mengetahui peningkatan pengetahuan dari pemberian konseling tersebut. Setelah pengambilan sampel darah dan pemeriksaan kadar hemoglobin kemudian mengolah data dan menganalisa untuk mengkaji apakah ada pengaruh antara pemberian Konseling gizi dan pemberian tablet zat besi terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil Trimester II di Kelurahan Kadipiro Kecamatan Banjarsari Surakarta.

Dari penelitian yang telah dilakukan selama dua kali intervensi menunjukkan kenaikan hemoglobin rata-rata > 0,5 gr %. Kenaikan kadar hemoglobin kemungkinan dipengaruhi oleh asupan gizi, umur maupun paritas. Apabila asupan gizi ibu hamil kurang maka kadar hemoglobin akan kurang dari normal yaitu < 11 gr% serta kenaikannya juga sedikit meskipun diberikan tablet zat besi dan konseling gizi.

5. KESIMPULAN

Pada penelitian yang berjudul “Pengaruh pemberian konseling gizi dan pemberian tablet zat besi terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester II” masih perlu sampel darah yang ketiga untuk mengetahui kenaikan kadar hemoglobin setelah dilakukan intervensi selama dua kali, yaitu konseling gizi dan pemberian kadar hemoglobin. Dari dua kali intervensi sudah terlihat adanya kenaikan kadar hemoglobin yaitu > 0.5

6. REFERENSI

- Chairunnisa. *Analisis Faktor Resiko Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Rumah Sakit Ibu dan Anak Siti Fatimah Makassar* (Tesis). Makassar: Universitas Hasanuddin: 2008.
- Kafatos AG, Vlachonikolis IG, Codrington CA. Nutrition during Pregnancy: The Effects of An Educational Intervention Program in Greece. *The American Journal Clinical of Nutrition, Nov. 1989: 50 (5):970-9*. Tersedia di: <http://digilib.litbang.depkes.go.id>. Diakses pada, 26 Mei 2004.
- M Thame, dkk. Relationship between Maternal Nutritional Status and Infant's Weight and Body Proportions at Birth. *European Journal of Clinical Nutrition 1997: volume 51*.
- Musnamar, T. 2008. *Teknik Konseling*. Pustaka Pelajar. Yogyakarta.
- P Lagiou dkk. *Diet during Pregnancy in Relation to Maternal Weight Gain and Birth Size*. European Journal of Clinical Nutrition 2004: volume 58
- Rahyani. 2001. *Hambatan- Hambatan yang Dialami Bidan Dalam Melakukan Konseling Pada Klien Dalam Pelayanan Kebidanan di Puskesmas Kota Yogyakarta*, Universitas Gajah Mada, Skripsi (Tidak Dipublikasikan)
- Samhadi, Malnutrisi, Keteledoran Sebuah Bangsa. Tersedia di: www.kompas.com. Diakses pada, 28 September 2007. *Saat Study Efikasi Suplementasi Zat Besi, Vitamin A, dan Vitamin C Dua Kali Seminggu terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Hamil di Kabupaten Pinrang* (Tesis). Makassar: Universitas Hasanuddin: 2008.
- Setyawan, *Pengaruh Anemia Ibu Hamil Trimester III terhadap Kejadian BBLR, Prematuritas dan IURG*. Jurnal Epidemiologi Indonesia 1997: 1(3).
- United Nation. *Administrative Committee on Coordination-Committee on Nutrition Global Nutrition Challenges: A Life-Cycle Approach Geneva ACC/SNN 2000: chapter 2: 3-18*.
- Yulifah, R. 2009. *Komunikasi dan Konseling Dalam Kebidanan*