

ANALISIS PERILAKU MENGGONSUMSI TABLET Fe DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA IBU HAMIL DI PUSKESMAS KARANGANYAR KOTA TASIKMALAYA TAHUN 2019

Sri Maywati<sup>1</sup>, Siti Novianti<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Staff pengajar Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Siliwangi

Korespondensi : [SRIMAYWATI@UNSIK.AC.ID](mailto:SRIMAYWATI@UNSIK.AC.ID)

ABSTRAK

Salah satu upaya mencegah terjadinya anemia pada ibu hamil melalui pemberian tablet Fe yang harus dikonsumsi selama masa kehamilan. Pemberian tablet Fe pada ibu hamil ditujukan untuk memenuhi kebutuhan zat besi yang meningkat selama kehamilan. Namun praktek konsumsi tablet Fe yang tidak tepat dapat mengurangi efektifitas penyerapannya di dalam tubuh sehingga menyebabkan kejadian anemia. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor determinan perilaku konsumsi tablet Fe serta kajian terhadap praktek konsumsi tablet Fe selama kehamilan. Metode penelitian menggunakan pendekatan belah lintang dengan jumlah sampel sebanyak 115 ibu hamil. Data dianalisis secara univariat dan bivariat dengan uji Chi Square pada alpha 0,05. Hasil penelitian menunjukkan kejadian anemia dialami oleh 54,8% responden. Sebagian besar ibu hamil (60%) tidak patuh dalam mengonsumsi tablet Fe, sebagian besar ibu hamil mengonsumsi minuman teh dengan kategori sering (55,7%), sebagian besar responden (81,7%) tidak mengonsumsi vitamin C, dan lebih banyak ibu hamil yang mengonsumsi makanan mengandung besi non heme yang berasal dari sayuran. Hasil analisis menunjukkan ada hubungan signifikan antara kepatuhan konsumsi tablet Fe, kebiasaan minum teh dan konsumsi vitamin C dengan nilai p value < 0,05. Disarankan kepada ibu hamil untuk memperbaiki praktek konsumsi tablet Fe dalam hal kepatuhan, mengurangi konsumsi teh dan memperbanyak konsumsi vitamin C dari buah selama kehamilan.

Kata kunci : perilaku, konsumsi tablet Fe, ibu hamil

ABSTRACT

*One of the efforts to prevent anemia in pregnant women is by giving Fe tablets that must be consumed during pregnancy. Giving Fe tablets to pregnant women is intended to meet the increased need for iron during pregnancy. However, improper consumption of Fe tablets can reduce the effectiveness of their absorption in the body, causing anemia. This study aims to identify the determinants of Fe tablet consumption behavior as well as a study of the practice of Fe tablet consumption during pregnancy. The research method uses a cross sectional approach with a sample of 115 pregnant women. Data were analyzed univariately and bivariately with the Chi Square test at alpha 0.05. The results showed that the incidence of anemia was experienced by 54.8% of respondents. Most of the pregnant women (60%) were not compliant in consuming Fe tablets, the majority of pregnant women consumed tea drinks with frequent categories (55.7%), the majority of respondents (81.7%) did not consume vitamin C, and more mothers pregnant who consume foods containing non-heme iron derived from vegetables. The analysis showed that there was a significant relationship between adherence to consumption of Fe tablets, tea drinking habits and consumption of vitamin C with a p value <0.05. It is recommended for pregnant women to improve the practice of consuming Fe tablets in terms of adherence, reduce tea consumption and increase consumption of vitamin C from fruit during pregnancy.*

*Keywords: behavior, consumption of Fe tablets, pregnant women*

## **PENDAHULUAN**

Saat kehamilan, kebutuhan tubuh akan zat besi meningkat terutama selama trimester II dan III. Jumlah zat besi yang di absorpsi dari makanan dan cadangan dalam tubuh biasanya tidak mencukupi kebutuhan ibu selama kehamilan sehingga suplementasi tablet Fe diperlukan agar bisa membantu mengembalikan kadar hemoglobin (Rizki, dkk. 2018).

Kekurangan zat besi selama hamil dapat menyebabkan terjadinya anemia. Anemia yang sering terjadi pada ibu hamil adalah anemia karena defisiensi besi (Fe) atau disebut dengan anemia gizi besi (AGB). Sekitar 95% kasus anemia selama kehamilan adalah karena kekurangan zat besi. (Kristiyanasari, 2000). Konskuensi anemia pada ibu hamil dapat membawa pengaruh buruk terhadap kesehatan ibu maupun janinnya, keadaan ini dapat meningkatkan morbiditas maupun mortalitas ibu dan janin (Saefuddin, 2006 dalam Purnamasari, 2016).

Program pemerintah dalam mengatasi kejadian anemia antara lain adalah memberikan tablet fe kepada setiap ibu hamil yang telah berlangsung 20 tahun. Namun praktek konsumsi fe yang tidak tepat dapat mengurangi manfaat dari tablet fe itu sendiri. Beberapa penelitian sebelumnya mengungkapkan hal terkait dengan praktek konsumsi tablet fe pada ibu hamil antara lain faktor kepatuhan dalam meminum tablet fe, konsumsi makanan atau minuman saat minum fe yang dapat meningkatkan ataupun menghambat penyerapan zat besi dari tablet fe. Hasil penelitian Litasari (2014) menunjukkan adanya hubungan antara tingkat kepatuhan minum tablet zat besi dengan peningkatan kadar Hb ibu hamil di Puskesmas Purwoyoso Semarang.

Penelitian Cook dan Reddy (2001) menunjukkan konsumsi fe bersamaan dengan vitamin C pada diet lengkap memberikan efek yang lebih jelas daripada makanan tunggal. Penelitian Septiawan (2015) juga menunjukkan hasil Ada korelasi antara kebiasaan minum teh dan kasus anemia trimester II ibu hamil di puskesmas Kotabumi II Lampung Utara tahun 2015 ( 0,044; OR 2,785). Penelitian ini akan membahas praktek konsumsi tablet fe antara lain faktor kepatuhan, makanan atau minuman yang dapat meningkatkan atau menghambat penyerapan zat besi yang berkaitan dengan kejadian anemia ibu hamil.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan explanatory reseach, menggunakan metode survei dengan pendekatan belah lintang (*cross sectional*). Variabel terikat (*dependent*)

adalah kejadian anemia ibu hamil. Variabel bebas (*Independen*) yaitu kepatuhan minum tablet Fe yang merupakan gambaran kebiasaan minum fe setiap hari. Praktek minum tablet fe adalah beberapa hal yang berkaitan dengan kegiatan minum fe antara lain jenis air minum saat konsumsi tablet fe, kebiasaan makan buah dan jenisnya, konsumsi makanan yang mengandung zat besi dalam bentuk he atau non heme. Sampel sebanyak 115 responden yang merupakan bagian dari populasi ibu hamil sebanyak 166 orang. Analisis statistik yang digunakan adalah uji Chi Square pada tingkat kemaknaan yang digunakan CI 95% dengan alpha 0,05.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### 1. Analisis Univariat

#### 1) Kejadian anemia

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Anemia pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Karanganyar Kota Tasikmalaya, 2019

Kejadian Anemia	Frekuensi	Persentase (%)
Anemia	63	54,8
Tidak Anemia	52	45,2
Jumlah	115	100

Berdasarkan tabel di atas memperlihatkan bahwa dari 115 ibu hamil sebanyak 63 responden (54,8%) mengalami anemia, sedangkan 52 responden (45,2%) tidak mengalami anemia. Dari data tersebut diperoleh hasil minimum 7,0 , maximum 13,0 , nilai rata-rata 10,55 dan SD 1,63.

Ibu hamil dinyatakan anemia jika memiliki kadar Hb kurang dari 11,0 gr/dl. Pengukuran anemia dilakukan menggunakan alat ukur Hb digital (Easy Touch Hb) yang dilakukan oleh petugas kesehatan.

#### 2) Kepatuhan minum tablet Fe

Tabel 2. Distribusi Frekuensi kepatuhan minum fe Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Karanganyar Kota Tasikmalaya, 2019

Kepatuhan	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak patuh	69	60,0
Patuh	46	40,0
Jumlah	115	100,0

Tabel 2 menunjukkan sebagian besar ibu hamil tidak patuh dalam mengkonsumsi tablet Fe. Beberapa alasan yang terungkap dari wawancara dengan ibu hamil adalah karena lupa dan juga alasan mual saat minum tablet Fe.

3) Kebiasaan minum teh selama hamil

Tabel 3. Distribusi Frekuensi kebiasaan minum teh Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Karanganyar Kota Tasikmalaya, 2019

Minum teh	Frekuensi	Persentase (%)
Sering	64	55,7
Jarang	51	44,3
Jumlah	115	100,0

Tabel di atas menunjukkan sebagian besar ibu hamil minum teh dengan kategori sering sebanyak 55,7 %. Minum teh merupakan hal yang biasa dilakukan sama halnya dengan minum air putih. Jadi minum teh bukan saja dilakukan pada pagi atau sore hari disaat santai saja tetapi menjadi keseharian ibu hamil. Wawancara dengan responden di peroleh informasi bahwa sehari-hari setelah makan besar (misal makan pagi, siang atau malam) selalu bersama dengan air teh sebagai pengganti air putih.

4) Kebiasaan konsumsi vitamin C selama hamil

Tabel 4. Distribusi Frekuensi kebiasaan konsumsi vitamin C Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Karanganyar Kota Tasikmalaya, 2019

Konsumsi vitamin C	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak	71	61,7
Ya	44	38,3
Jumlah	115	100,0

Tabel di atas menunjukkan sebagian besar (61,7%) ibu hamil mengaku jarang mengkonsumsi vitamin C selama kehamilan. Ibu hamil mengaku tidak mendapatkan suplemen vitamin C dari puskesmas sehingga hanya mengkonsumsi tablet Fe saja dan itupun sering tidak patuh karena lupa. Sebagian kecil (38,3) mengaku mengkonsumsi vitamin C dalam bentuk buah-buahan seperti jeruk ataupun dalam bentuk minuman instan yang mengandung vitamin C.

2. Analisis Bivariat

Tabel 5. Deskripsi hasil analisis hubungan praktek konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Karanganyar Kota Tasikmalaya, 2019

Variabel	Kejadian Anemia				Total		P value
	Anemia		Tidak anemia		n	%	
	N	%	n	%			OR
<b>Kepatuhan</b>							
-tidak patuh	45	65,2	24	34,8	69	100	P=0,010
-patuh	18	39,1	28	60,9	46	100	OR 2,917 CI 1,348 - 6,312

<b>Minum teh selama hamil</b>	41	64,1	23	35,9	64	100	P 0,040 OR 2,350
-sering	22	43,1	29	56,9	51	100	CI 1,106 – 4,992
-jarang							
<b>Konsumsi vit C</b>	46	64,8	25	35,2	71	100	P 0,011 OR 2,422
-Tidak	17	38,6	27	61,4	44	100	CI 1,342 – 6,363
-ya							

Berdasarkan tabel 5 hasil analisis hubungan kepatuhan dengan kejadian anemia menunjukkan terdapat 65,2% responden yang tidak patuh dalam minum tablet Fe mengalami anemia. Berdasarkan hasil uji *chi square* diperoleh *p value* 0.010 yang artinya terdapat hubungan antara kepatuhan minum Fe dengan kejadian anemia pada ibu hamil. Besarnya risiko ibu hamil yang tidak patuh dalam minum fe adalah (OR 2,917 kali) untuk mengalami anemia dari pada ibu hamil yang patuh minum Fe. Sebagian responden yang termasuk dalam kategori tidak patuh umumnya menjawab karena lupa dan juga alasan mual setelah minum tablet Fe.

Kepatuhan minum tablet Fe diukur dengan menghitung jumlah tablet Fe yang dikonsumsi sesuai dengan usia kehamilan responden. Pemberian tablet besi selama kehamilan bertujuan untuk mencukupi kebutuhan ibu hamil terhadap zat besi yang meningkat selama hamil. Suplementasi besi merupakan cara efektif karena kandungan besinya yang dilengkapi asam folat yang dapat mencegah anemia karena kekurangan asam folat (Arisman, 2007). Kepatuhan minum tablet Fe menjadi hal yang penting untuk diperhatikan karena merupakan cara yang mudah untuk memenuhi kebutuhan zat besi selama kehamilan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Nursari (2018) yang menunjukkan ada hubungan antara tingkat kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Desa Purwasari wilayah kerja Puskesmas Kuamang Kuning I.

Tabel 5 menyajikan hasil uji *chi square* hubungan kebiasaan minum teh selama kehamilan dengan kejadian anemia diperoleh *P value* 0.040. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara kebiasaan minum teh dengan kejadian anemia. Nilai OR=2,350 adalah ibu hamil yang sering minum teh berisiko mengalami anemia dengan peluang 2,350 kali dibandingkan ibu hamil yang jarang minum teh.

Kebiasaan minum teh sudah menjadi budaya bagi penduduk dunia. Selain air putih, teh merupakan minuman yang paling banyak dikonsumsi oleh manusia dengan rata-rata konsumsi teh penduduk dunia adalah 120 mL/hari per kapita (Besral, 2007). Teh telah dikenal mengandung zat anti oksidan yang dapat mencegah berbagai penyakit, namun juga mengandung zat tanin yang merupakan salah satu sumber makanan penghambat (inhibitor) dalam penyerapan zat besi sehingga menjadi penyebab anemia. Teh dan kopi mengandung tannin yang mampu menghambat penyerapan zat besi dari makanan lain, selain itu pada teh hitam terkandung senyawa polifenol yang apabila teroksidasi akan mengikat mineral seperti zat besi (Alamsyah, 2016 dalam Pratiwi dan Widari, 2018).

Hasil penelitian Marina (2015) menggambarkan responden mengkonsumsi zat penghambat absorpsi zat besi pada asupan tanin/konsumsi teh 50,7% responden berada dalam kategori tinggi dan 49,3% berada dalam kategori rendah. Analisis statistik hasil uji hubungan antara asupan tanin/konsumsi teh dengan status Hb didapatkan nilai  $p=0,013$  ( $p>0,05$ ) yang berarti ada hubungan antara asupan tanin/konsumsi teh dengan status Hb remaja putri di Makasar.

Tabel 5 juga menunjukkan hubungan signifikan antara kebiasaan konsumsi vitamin C bersamaan dengan tablet Fe dengan hasil uji *chi square p value* 0.011. Nilai OR menunjukkan ibu hamil yang tidak mengkonsumsi vitamin C memiliki risiko OR 2,922 kali untuk mengalami anemia. Hasil penelitian ini menunjukkan sebagian besar responden tidak mengkonsumsi vitamin C bersamaan dengan konsumsi tablet Fe. Wawancara dengan responden diperoleh informasi menurut responden bahwa ibu hamil hanya mendapatkan tablet Fe saja dan tidak mendapat suplemen vitamin C dari petugas kesehatan. Sebagian kecil responden mengkonsumsi vitamin C dalam bentuk buah terutama jeruk, pisang dan pepaya serta sebagian kecil lainnya dalam bentuk minuman instan yang mengandung vitamin C yang banyak dijual di pasaran bebas. Namun lebih banyak responden yang tidak mengkonsumsi buah selama hamil dengan alasan mahal harganya.

Vitamin C bersama dengan beberapa zat gizi mikro lainnya seperti vitamin A dan vitamin B berperan sebagai zat enhancer

(pemacu) dalam penyerapan zat besi. Sama seperti vitamin A, vitamin C juga membantu penyerapan di usus. Selain itu, vitamin C menyalurkan besi non heme jika berinteraksi dengan inhibitor zat besi. Sifat reduktor paling kuat terdapat dalam asam askorbat (Webster dan Gandy, 2016 dalam Pratiwi dan Widara, 2018).

Hasil penelitian Sholicha dan Muniroh (2019) menyimpulkan asupan Fe, protein, dan vitamin C yang rendah maka kadar hemoglobin juga rendah, sehingga kejadian anemia semakin tinggi. Mengonsumsi makanan yang mengandung vitamin C, akan mempermudah proses reduksi zat besi dari bentuk ferri menjadi ferro. Zat besi dalam bentuk ferro lebih mudah diserap di usus halus, sehingga absorpsi zat besi non-heme dapat meningkat hingga 4 kali lipat (Adriani dan Wirjadmadi, 2012).

## **SIMPULAN DAN SARAN**

Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara kepatuhan minum tablet Fe dengan kejadian anemia ibu hamil. Terdapat hubungan antara kebiasaan minum teh dengan kejadian anemia karena teh mengandung zat tannin yang berperan menghambat penyerapan zat besi. Terdapat hubungan konsumsi vitamin C dengan kejadian anemia. Vitamin C dapat berperan membantu penyerapan zat besi di dalam tubuh. Disarankan kepada ibu hamil untuk memperbaiki praktek konsumsi tablet Fe dalam hal kepatuhan, mengurangi konsumsi teh dan memperbanyak konsumsi vitamin C dari buah selama kehamilan.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Adriani, M., & Wirjadmadi, B. (2012). *Peranan Gizi Dalam Siklus Kehidupan*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Arisman, 2007, *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta : EGC
- Besral, Lia Meilianingsih, Junaiti Sahar. 2007. Pengaruh Minum Teh Terhadap Kejadian Anemia Pada Usila Di Kota Bandung. *Makara, Kesehatan*, Vol. 11, No. 1, Juni 2007: 38-43
- Kristiyanasari, Weni. 2010. *Gizi Ibu Hamil*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Litasari, Dian. Agus Sartono. Mufnaetty. 2014. Kepatuhan Minum Tablet Zat Besi Dengan Peningkatan Kadar Hb Ibu Hamil di Puskesmas Purwoyoso Semarang. *Jurnal Gizi Universitas Muhammadiyah Semarang*. November 2014, Volume 3, Nomor 2
- Marina. 2015. Konsumsi Tanin Dan Fitat Sebagai Determinan Penyebab Anemia Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 10 Makassar. *Jurnal MKMI*, Maret 2015, Hal. 50-58

- Pratiwi, Rachmania. Dhenok Widari. 2018. Hubungan Konsumsi Sumber Pangan Enhancer dan Inhibitor Zat Besi dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil. *Amerta Nutr* (2018) 283-291
- Purnamasari, Gilang. Ani Margawati. Bagoes Widjanarko. 2016. Pengaruh Faktor Pengetahuan dan Sikap Terhadap Kepatuhan Ibu Hamil dalam Mengonsumsi Tablet Fe di Puskesmas Bogor Tengah. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia* Vol. 11 / No. 2 / Agustus 2016.
- Rizki, Rizki. Nur Indrawati Lipoeto. Hirowati Ali. 2017. Hubungan Suplementasi Tablet Fe dengan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Air Dingin Kota Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*. 6;3. <http://jurnal.fk.unand.ac.id>
- Sefryani Nursari Sm. 2018. Hubungan Tingkat Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe Dengankejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Desa Purwasari Wilayah Kerja Puskesmas Kuamang Kuning I Tahun 2018. *Scientia Journal* vol. 7 No. 2 Desember 2018