



Volume 13 Nomor 2 (2023) 163-167

JURNAL KEBIDANAN

p-ISSN: 2089-7669 ; e-ISSN: 2621-2870

<https://doi.org/10.31983/jkb.v13i2.10094>



The Effect of Nutrition, Iron and Folic Acid Consumption with Incidence of Anemia in Pregnancy

Iing Yuli Indrawati, Yenny Puspitasari, Indasah

Institut Ilmu Kesehatan STRADA Indonesia Kediri, Indonesia
Jl. Manila No.37, Tosaren, Kec. Pesantren, Kota Kediri, Indonesia

Corresponding author: Iing Yuli Indrawati

Email: iingindra87@gmail.com

Received: August 16th, 2023; Revised: October 3 17th, 2023; Accepted: October 27th, 2023

ABSTRACT

Anemia in pregnancy is a risk factor for bleeding. Anemia in pregnancy is a health problem that has a negative impact on pregnancy. According to WHO, the prevalence of anemia in pregnancy is 18% in developed countries and 35-75% in developing countries. This research is an analytical observational study with a cross sectional design on 115 pregnant women in Pamekasan District. Data collection used a data collection format, questionnaire, samples were taken using the simple random sampling method. Data analysis using logistic linear regression test. Based on the results of the logistic linear regression analysis, it shows that with a p-value <0.05 , H_1 is accepted. There is a significant effect of iron tablet consumption on the incidence of anemia in pregnant women with a p value of $0.048 <0.05$. There is a significant effect of folic acid consumption on the incidence of anemia in pregnant women with a p value of $0.048 <0.05$. There is an influence between the nutritional content of food on the incidence of anemia in pregnant women with a p value of $0.032 <0.05$. The three variables together have an influence on the incidence of anemia in pregnant women. There is an influence of consumption of iron tablets on the incidence of anemia in pregnant women and there is a statistically significant influence of consumption of folic acid on the incidence of anemia in pregnant women in the Pegantenan Community Health Center area. So, based on the research results, it can be concluded that there is an influence of consumption of iron and folic acid tablets and the nutritional content of food on the incidence of anemia in pregnant women.

Keywords: iron tablets, folic acid, nutritional content of food, anemia incidence

Pendahuluan

Anemia adalah suatu keadaan dimana tubuh memiliki jumlah sel darah merah (eritrosit) yang terlalu sedikit, yang mana sel darah merah itu mengandung hemoglobin yang berfungsi untuk membawa oksigen ke seluruh jaringan tubuh (Rahmi, 2020). Anemia zat besi pada kehamilan adalah kondisi ibu dengan kadar Haemoglobin (Hb) dibawah 11 gram % pada trimester satu dan tiga atau kadar kurang 10,5 gr % pada trimesterdua. Ibu hamil yang kekurangan zat besi mempunyai resiko yang lebih besar untuk melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR), Abortus, terjadi kematian intrauteri, persalinan prematuritas tinggi,

cacat bawaan, intelegensi rendah. Untuk ibu mudah terjadi perdarahan antepartum, infeksi, ketuban pecah sebelum waktu dan gangguan his. (Tuyu, 2013)

Hasil Riskesdas tahun 2018 terjadi kejadian anemia ibu hamil sebesar 48,9% (Rahmi, 2020). Badan Kesehatan Dunia (*World Health Organizatin/WHO*) melaporkan bahwa prevalensi ibu hamil yang mengalami anemia sekitar 35-75% serta semakin meningkat seiring dengan bertambahnya usia kehamilan (Kemenkes RI, 2020). Kebutuhan zat besi selama kehamilan sekitar 1000 mg yaitu 500 mg digunakan untuk meningkatkan massa sel darah merah, 300 mg digunakan untuk transportasi ke fetus dalam

kehamilan 12 minggu dan 200 mg digunakan untuk menggantikan cairan yang keluar (Rizki *et al.*, 2018). Perkiraan makan ibu hamil dalam sehari yaitu 1000-2500 kalori yang menghasilkan 10-15 mg zat besi, tetapi hanya 1-2 mg yang terserap dalam tubuh. Apabila mengonsumsi 1 tablet Fe maka diperkirakan 6-8 mg zat besi diserap dalam tubuh. Apabila dikonsumsi rutin 90 hari, zat besi yang diserap yaitu 720 mg. Zat besi lebih mudah diserap dalam bentuk ferro, maka di Indonesia besi yang digunakan adalah bentuk ferrous sulfat dan dapat diserap tubuh sampai 20% (Sarah *et al.*, 2018).

Indonesia melaksanakan program pencegahan anemia pada ibu hamil, dengan memberikan suplemen zat besi sebanyak 90 tablet selama kehamilan. Namun banyak ibu hamil yang menolak atau tidak mematuhi anjuran ini karena berbagai alasan. Kepatuhan minum tablet Fe apabila $\geq 90\%$ dari tablet besi yang seharusnya diminum. Kepatuhan ibu hamil minum tablet zat besi sangat penting dalam menjamin peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil. Peranan petugas kesehatan, khususnya pengelola kesehatan Ibu dan Anak (KIA) sangat mempengaruhi ibu mengonsumsi tablet Fe, untuk mengerjakan program pemberian tablet Fe kepada ibu hamil oleh petugas kesehatan harus memberikan penyuluhan dan konseling, pencatatan dan pelaporan kegiatan, mendata ibu hamil yang menerima dan yang meminum tablet Fe, melakukan kunjungan ke rumah-rumah (Magfirah, 2018)

Terdapat beberapa faktor penyebab anemia pada ibu hamil diantaranya kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dan pola makan. Kepatuhan konsumsi tablet tambah darah merupakan salah satu perilaku kesehatan yang dilakukan ibu hamil. Tingkat kepatuhan yang tinggi dapat menurunkan angka kejadian anemia pada ibu hamil. Kepatuhan mengonsumsi tablet Fe diartikan sebagai ketepatan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet Fe yaitu 1 tablet secara rutin minimal 90 hari selama masa kehamilan (Anggraini *et al.*, 2018).

Beberapa bahaya anemia, baik terhadap kesehatan dan keselamatan ibu yang mengandung maupun janinnya meliputi depresi postpartum adalah depresi yang dialami oleh ibu setelah persalinan, risiko fatal bila terjadi perdarahan saat bersalin dan menyebabkan tubuh ibu hamil lebih sulit melawan infeksi, bayi lahir dengan berat badan rendah terutama bila anemia terjadi pada trimester pertama kehamilan, bayi lahir premature dan berisiko mengalami gangguan tumbuh kembang, bayi lahir dengan anemia sehingga mengalami gangguan kesehatan dan gangguan

tumbuh kembang, kematian janin sebelum maupun sesudah persalinan. Melihat efek samping tersebut maka perlunya dilakukan penelitian mengenai kejadian anemia dengan melihat faktor yang mempengaruhinya sehingga kejadian anemia pada ibu hamil dapat dicegah atau diatasi. (Kurniawati, S. *et al.*, 2023)

Prevalensi anemia pada ibu hamil di Jawa Timur pada tahun 2015 sebesar 5,8%. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan, kejadian anemia ibu hamil di Kecamatan pada tahun 2020 sebesar 15,3 % terjadi peningkatan kejadian ibu hamil anemia di tahun 2021 yaitu sebesar 17,8 %. Di Kabupaten Pamekasan selama tahun 2022 angka kematian ibu (AKI) dan angka kematian bayi (AKB) mencapai 83 kasus. Dengan rincian AKI 30 kasus dan AKB 53 kasus (pamekasan channel.Com). prevalensi anemia pada ibu hamil di Kabupaten pamekasan sebesar 5,8 % (RPJPMN 2019).

Di Kecamatan Pegantenan, ibu hamil yang melaksanakan ANC terpadu sebanyak 607 orang. Dari hasil pemeriksaan laboratorium didapatkan sebanyak 165 orang memiliki kadar hemoglobin rendah dengan prevalensi 27,18%. bahkan di tahun 2022 terdapat 3 orang ibu melahirkan yang harus di angkat rahimnya karena perdarahan akibat anemia. Serta terdapat 1 orang ibu melahirkan meninggal karena perdarahan akibat anemia. Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan Penelitian dengan judul “Pengaruh konsumsi tablet besi dan Asam Folat serta kandungan gizi makanan dengan kejadian Anemia pada Ibu Hamil ”.

Metode Penelitian

Metode penelitiannya adalah observasional analitik dengan desain *cross sectional*. Variabel Independent konsumsi tablet besi, dan Asam Folat serta kandungan gizi makanan kemudian Variabel Dependent kejadian Anemia pada ibu hamil. Populasi dalam penelitian ini Semua ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas yaitu 162 ibu hamil dan jumlah sampelnya adalah 115 ibu hamil Kecamatan Kabupaten Pamekasan dengan metode *simple random sampling*. Pengumpulan data menggunakan format pengumpulan data, kuesioner *Morisky Medication 8 – item Adherence Scale (MMAS – 8)* dan *Food Frequency Questionnaire (FFQ)*, Pengolahan Data *Editing, Coding, Scoring, Tabulasi data* kemudian data di analisis dengan menggunakan uji regresi logistic. Penelitian ini sudah dilakukan uji etik dengan nomor *Ethical Clearance* Nomor 000063/EC/KEPK/I/04/2023.

Hasil dan Pembahasan

Tabel distribusi frekuensi variabel ibu hamil berdasarkan usia dipuskesmas Pegantenan Kabupaten Pamekasan 2023

variabel	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia Ibu hamil		
< 20	21	18,26
20-35	65	56,52
> 35	29	25,22
Total	115	100
Paritas		
Primi Gravida	47	40,87
Multi Gravida	68	59,13
Total	115	100
Pendidikan		
SD/ sederajat	28	24,35
SMP/ sederajat	44	38,26
SMA/ sederajat	31	26,96
Perguruan Tinggi	12	10,43
Total	115	100
Pekerjaan		
Ibu rumah tangga (tidak bekerja)	34	29,57
PNS	0	0
wiraswasta	13	11,3
Petani	68	59,13
Total	115	100
Informasi pemeriksaan kehamilan		
Pernah	87	75,65
Tidak pernah	28	24,35
Total	115	100
Frekuensi periksa kehamilan		
< 4x	44	38,26
>4x	71	61,74
Total	115	100

Tabel 1. Tabel Silang Antara Variabel Konsumsi Tablet Besi Terhadap Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Pegantenan 2023

Kejadian Anemia		Konsumsi tablet Besi				Total	
		Rutin	%	Tidak Rutin	%	n	%
Kejadian Anemia	Tidak Anemia	87	75,65	17	14,78	104	90,43
	Anemia	0	0	11	9,57	11	9,57
Total		87	75,65	28	24,35	115	100

Tabel 2. Tabel Silang Antara Variabel Konsumsi asam Folat Terhadap Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Pegantenan 2023

Kejadian Anemia		Konsumsi Asam Folat				Total	
		Rutin	%	Tidak Rutin	%	n	%
Kejadian Anemia	Tidak Anemia	87	75,65	17	14,78	104	90,43
	Anemia	0	0	11	9,57	11	9,57
Total		87	75,65	28	24,35	115	100

Tabel 3. Tabel Silang Antara Variabel Kandungan Gizi Makanan Terhadap Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Pegantenan 2023

Kejadian Anemia	Kandungan Gizi Makanan						Total	%
	Baik	%	Cukup	%	Kurang	%		
Tidak Anemia	71	61,74	22	19,13	11	9,56	104	90,43
Anemia	0	0	4	3,48	7	6,09	11	9,57%
Total	71	61,74	26	22,61	18	15,65	115	100%

Penelitian dilakukan dari bulan mei sampai dengan juni 2023. penelitian ini menganalisis faktor yang di anggap berpengaruh terhadap kejadian anemia di wilayah Puskesmas Pegantenan kabupaten Pamekasan. Sampel sebanyak 115 orang. Dalam rangka menjawab penelitian dan mencapai tujuan penelitian yang telah ditetapkan, peneliti telah melakukan pengumpulan data. Data yang telah dikumpulkan di analisis sebagai berikut:

Dalam penelitian ini, terdapat 115 responden. Mayoritas sampel berusia 20 – 35 tahun (56,52%), mayoritas multigravida (59,13%), Pendidikan SMP (38,26%) dan bekerja sebagai petani (59,13%). Mayoritas sampel mendapatkan informasi dari tenaga Kesehatan (87%) dan frekuensi pemeriksaan kehamilan lebih dari 4x sebanyak (61,74%).

Dari hasil penelitian, didapatkan bahwa sebanyak 87 responden rutin mengkonsumsi tablet besi dan tidak mengalami anemia yaitu sebesar (75,65%), sedangkan responden yang tidak rutin mengkonsumsi tablet besi dan mengalami anemia yaitu 11 responden (9,57%). sedangkan sebanyak 87 responden rutin mengkonsumsi asam folat dan tidak mengalami anemia yaitu sebesar (75,65%), sedangkan responden yang tidak rutin mengkonsumsi asam folat dan mengalami anemia yaitu 11 responden (9,57%). Dan responden terbanyak pemenuhan kandungan gizi makanannya yaitu baik sebanyak 71 orang responden (61,74%) sedangkan 18 responden pemenuhan kandungan gizinya yaitu kurang sebesar 15,65% .

Kepatuhan mengkonsumsi tablet besi didefinisikan perilaku ibu hamil yang mentaati semua petunjuk yang dianjurkan oleh petugas kesehatan dalam mengkonsumsi tablet besi. Kepatuhan konsumsi tablet besi diperoleh melalui perhitungan tablet yang tersisa. Ibu hamil dikategorikan patuh apabila angka kepatuhannya mencapai 90%. Sebaliknya ibu hamil dikatakan tidak patuh apabila angka kepatuhannya <90%. (Rahmawati & Subagio, 2012). Berdasarkan uraian di atas, peneliti berasumsi bahwa sebagian besar responden patuh mengkonsumsi tablet tambah darah, yang mana mengonsumsi 90 tablet Fe pada masa kehamilan efektif memenuhi kebutuhan zat

besi sesuai dengan angka kecukupan gizi ibu hamil.

Analisis bivariat menunjukkan ada pengaruh yang signifikan antara konsumsi tablet besi selama kehamilan dan anemia ($\phi = 0.048$). terdapat hubungan yang signifikan antara konsumsi asam folat dan anemia ($\alpha=0.048$), juga terdapat hubungan yang signifikan antara kandungan gizi makanan dan anemia ($\phi=0.032$).

Kurangnya zat besi dan asam folat dapat menyebabkan anemia. Proses kekurangan zat besi sampai menjadi anemia melalui beberapa tahap. Awalnya terjadi penurunan simpanan cadangan zat besi, bila tidak dipenuhi masukan zat besi lama kelamaan timbul gejala anemia disertai penurunan kadar hemoglobin. Menurut (Manuaba, 2018) ciri-ciri dan tanda tanda gejala anemia antara lain pucat, lemah, nafas pendek, dan nafsu makan hilang. Anemia pada kehamilan dapat berakibat buruk pada ibu dan janin yang dikandung.

Analisis multivariat menunjukkan ada pengaruh yang signifikan antara konsumsi tablet besi selama kehamilan dan anemia ($p= 0.048$). terdapat hubungan yang signifikan antara konsumsi asam folat dan anemia ($p=0.048$), juga terdapat hubungan yang signifikan antara kandungan gizi makanan dan anemia ($p=0.032$).Nilai omnibus konsumsi tablet besi sebesar 1,6, hasil ini menunjukkan bahwa tablet besi memberikan pengaruh sebesar 1,6 kali terhadap anemia dalam kehamilan. Berdasarkan nilai $\exp(B)$, ibu hamil dengan dengan konsumsi asam folat yang tidak rutin memiliki resiko 1,6 kali mengalami anemia dan ibu hamil dengan kandungan gizi yang kurang memiliki resiko 6,7 kali lebih besar untuk mengalami anemia selama kehamilan.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Gozali (2018) menunjukkan bahwa pola makan pada ibu hamil berhubungan bermakna dengan kejadian anemia. Pola makan yang baik bagi ibu hamil harus memenuhi sumber karbohidrat, protein dan lemak serta vitamin dan mineral, yang disesuaikan dengan kebutuhan selama masa kehamilan. Pola makan disini menyangkut jenis dan jumlah makanan, dimana jenis dan jumlah makanan yang harus dipenuhi pada masa kehamilan yaitu

nasi/pengganti 4-5 ½ piring, lauk hewani 4-5 potong, lauk nabati 2-4 potong sayuran 2-3 mangkok, buah- buahan 3 potong, minum air tidak kurang dari 8 gelas perhari. Pola makan yang kurang baik merupakan salah satu faktor terjadinya anemia pada masa kehamilan terutama karena kurangnya konsumsi makanan yang kaya akan zat besi (Depkes RI, 2016).

Sehingga hasil penelitian ini sejalan dengan Analisis korelasi dan regresi menunjukkan bahwa ada pengaruh konsumsi tablet besi dan asam folat serta kandungan gizi makan terhadap kejadian anemia pada ibu hamil.

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada ibu hamil di Puskesmas Pegantenan Kabupaten Pamekasan maka dapat disimpulkan Ada pengaruh konsumsi tablet besi terhadap kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah Puskesmas Pegantenan dengan nilai p value $0,048 < 0,05$. kemudian Terdapat pengaruh konsumsi asam folat yang signifikan secara statistik terhadap kejadian anemia pada pada ibu hamil di wilayah Puskesmas Pegantenan dengan nilai p value $0,048 < 0,05$. Serta terdapat pengaruh kandungan gizi makanan terhadap kejadian anemia pada ibu hamil Ibu di wilayah Puskesmas Pegantenan dengan nilai p value $0,032 < 0,05$.

Ucapan Terimakasih

Ucapan terima kasih disampaikan kepada seluruh Sivitas Akademica Institut Ilmu Kesehatan STRADA Indonesia Kediri yang utama kepada dosen pembimbing penelitian sehingga tesis ini dapat selsai dengan baik.

Daftar Pustaka

- 1) Rahmi, N., & Husna, A. (2020). Analisis Faktor Anemia pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Baitussalam Kabupaten Aceh Besar. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 6(2), 1250-1264.
- 2) Tuyu, S. O. (2013). Hubungan Perilaku Mengonsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Puskesmas Amurang Kecamatan Tombasian Kabupaten Minahasa Selatan. *Jurnal GIZIDO*, 5(1), 45-49.
- 3) Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Profil Kesehatan Indonesia 2020.

Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020.

- 4) Rizki, F., Lipoeto, N. I., & Ali, H. (2018). Hubungan suplementasi tablet fe dengan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III di puskesmas air dingin kota padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 6(3), 502-506.
- 5) Sarah, Sophia, and Irianto Irianto. 2018. "Suplementasi Tablet Fe Terhadap Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Pejeruk Tahun 2017." *YARSI Medical Journal* 26(2):77-81.
- 6) MAGHFIRAH, A. (2018). Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Dengan Anemia Pada Ibu Hamil Trimester III Di BPM Rosdiana Kecamatan Jeunib Kabupaten Bireuen Tahun 2018 (Doctoral dissertation, Institut Kesehatan Helvetia).
- 7) Anggraini, Dina Dewi, Purnomo, Windhu, & Trijanto, Bambang. (2018). Interaksi Ibu Hamil Dengan Tenaga Kesehatan Dan Pengaruhnya Terhadap Kepatuhan Ibu Hamil Mengonsumsi Tablet Besi (Fe) Dan Anemia Di Puskesmas Kota Wilayah Selatan Kota Kediri. *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*, 21(2), 89-92.
- 8) Kurniawati, S., Pasiriani, N., & Arsyawina, A. (2023). Pengaruh Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dan Pola Makan terhadap Kejadian Anemia pada Ibu Hamil Trimester Ii di Wilayah Kerja Puskesmas Long Ikis. *Journal of Comprehensive Science (JCS)*, 2(1), 368-376.
- 9) Rahmawati, Febriana, & Subagio, Hertanto Wahyu. (2012). Kepatuhan Konsumsi Tablet Besi Folat Pada Ibu Hamil Dan Faktor Yang Mempengaruhi. Diponegoro University.
- 10) Manuaba, Ida. (2018). Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan Dan Keluarga Berencana Untuk Pendidikan Bidan, Edisi I, Jakarta, Egc.(1999). Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita.
- 11) Gozali, W. (2018). Hubungan pola makan dengan kejadian anemia pada Ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Buleleng III. *International Journal of Natural Science and Engineering*, 2(3), 117-122.