

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN FREKUENSI KONSUMSI SUPLEMEN PADA IBU HAMIL DI RUMAH SAKIT MELATI TANGERANG

Haniefa¹, Nanang Prayitno¹, Sugeng Wiyono¹, Erry Yudhya Mulyani²

¹ Polytechnic of Health Jakarta II, Department of Nutrition, Ministry of Health Republic of Indonesia

²Department of Nutrition Faculty of Health Sciences, Esa Unggul University
Jln. Arjuna Utara Tol Tomng Kebun Jeruk, Jakarta 11510
erry.yudhya@esaunggul.ac.id

Abstract

Pregnancy period is one of critical points in the life cycle. The nutritional status of pregnant women should be more attention for mother especially during pregnancy, mother needs to get additional energy, protein, minerals, such as iron, calcium, folic acid, and the others vitamin. The aims of this study was to determine factors associated with a frequency of supplement consumption in pregnant women at Melati hospital, August 2008. This is a descriptive study, with cross-sectional design. The sample of this study is about 50 respondents who visiting the hospital obstetrics at poly Jasmine. The results study found that respondents who consume the supplement in often frequent is (82%) and rare is (18%). Based on pregnancy period, respondent who in trimester I is (22%), trimester II (26%), and trimester III (52%). Based on activities in pregnant women, for low activity (10%), moderate (76%), and weight (14%). Based on level of education, respondent who learn at high school is about 58%, university is about 42%. Based on knowledge, respondent who have good knowledge is about 52%, in the middle knowledge is about 36%, and less knowledge is about 12%. The average income respondent is more than average income percapita (100%). From the analyze results shows that there is relationship between frequency of supplement consumption and gestational period, level of knowledge and advocate to use supplements ($p < 0.05$). While, the variable that has no relation to the frequency of consumption of supplements are activity and level of education ($p \geq 0.05$).

Keywords: *Pregnancy, Food Supplement, Pregnant Woman*

Abstrak

Masa kehamilan merupakan salah satu titik rawan dalam siklus kehidupan. Keadaan gizi ibu hamil perlu mendapat perhatian yang lebih, khususnya selama kehamilan Ibu perlu mendapatkan tambahan energi, protein, mineral, seperti zat besi dan kalsium serta asam folat dan berbagai vitamin. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan frekuensi konsumsi suplemen pada ibu hamil di RS. Melati pada bulan Agustus 2008. Penelitian merupakan penelitian deskriptif, dengan rancangan cross sectional design. Sampelnya sebanyak 50 responden yang berkunjung di poli kebidanan R.S Melati. Dari penelitian ini didapat bahwa Responden yang berkunjung di poli kebidanan RS. Melati pada bulan Agustus 2008 yaitu frekuensi konsumsi suplemen sering (82%), jarang (18%). Berdasarkan usia kehamilan, trimester I (22%), trimester II (26%) dan trimester III (52%). Berdasarkan aktivitas, ringan (10%), sedang (76%) dan berat (14%). Berdasarkan tingkat pendidikan, menengah (SMU) (58%), tinggi

(PT) (42%). Berdasarkan pengetahuan, baik (52%), cukup (36%), dan kurang (12%). Berdasarkan pendapatan, ibu hamil yang memiliki pendapatan diatas UMR (100%). Berdasarkan penganjur penggunaan suplemen, dokter (40%), bidan (52%) dan keinginan sendiri (8%). Hasil yang diperoleh dari penelitian menunjukkan adanya hubungan bermakna antara frekuensi konsumsi suplemen dengan variabel usia kehamilan, tingkat pengetahuan, serta tingkat penganjur penggunaan suplemen ($p < 0,05$). Sedangkan variabel yang menunjukkan tidak adanya hubungan bermakna dengan seringnya frekuensi konsumsi suplemen yaitu aktivitas dan tingkat pendidikan ($p \geq 0,05$).

Kata kunci: kehamilan, makanan buat ibu hamil, ibu hamil

Pendahuluan

Masa hamil merupakan salah satu titik rawan dalam siklus kehidupan. Kualitas fisik seorang anak sangat ditentukan oleh kualitas fisik ibunya. Ibu yang sehat kemungkinan akan melahirkan bayi yang sehat. Calon ibu harus benar-benar memperhatikan makanannya. Kebutuhan zat-zat gizi janin hanya dapat diperoleh dari makanan yang dimakan ibu. (Sutanto, 2005). Pada tri-mester I umumnya ibu hamil akan mengalami rasa mual dan muntah sehingga nafsu makan ibu sangat kurang. Agar tidak terjadi anemia maka diperlukannya tambahan makanan dan vitamin agar kondisi ibu hamil tetap baik. Pada trimester II asupan makan ibu sudah cukup baik, selain itu, janin sudah mulai tumbuh dengan pesat. Untuk itu, asupan makanan ibu harus dilengkapi dengan ekstra kalsium dan asam folat agar janin tumbuh dengan baik. Pada trimester III kualitas makan ibu sudah baik, umumnya nafsu makan ibu hamil meningkat sehingga perlu dijaga agar tidak terjadi obesitas. (Sutanto, 2005)

Menurut LIPI Widyakarya Pangan dan Gizi (1998) yang dikutip dari Almtsier (2002) anjuran kecukupan gizi ibu hamil usia 20-45 tahun yaitu energi 2200 kkal dengan penambahan 285 kkal untuk ibu hamil. Pemberian energi ekstra sangat diperlukan untuk pembentukan cadangan energi yang dipergunakan untuk pembentukan cadangan energi agar tidak

lemas. Asupan protein pada wanita dewasa 48 g. Untuk ibu hamil ditambah asupannya sebesar 12 g. Sekitar 70% protein pada ibu hamil digunakan untuk kebutuhan janin. Protein bagi ibu hamil digunakan untuk pembuatan cairan ketuban, pertumbuhan anak dalam kandungan, pembuatan ari-ari. Untuk itu, asupan protein yang cukup sangat diperlukan. (Sutanto, 2005). Pemberian asam folat 150 μ g. Untuk ibu hamil diberi tambahan 150 μ g. Fungsi asam folat yang cukup pada ibu hamil untuk pembuatan sel darah dan ari-ari, selain itu untuk perkembangan otak janin dalam kandungan. Sehingga diperlukan asupan asam folat yang tinggi pada ibu hamil. Berbagai studi epidemiologi menemukan bahwa suplementasi asam folat dalam fase peri-konsepsi berkaitan dengan penurunan resiko terjadinya cacat pada bayi yang dilahirkan. Pada suatu penelitian, pemberian suplementasi asam folat mampu menurunkan angka kejadian cacat pada bayi hingga 70%. (Dwiprahasto, 2003). Selain itu, asupan Fe (zat besi) harus cukup agar tidak terjadi anemia pada ibu hamil. Asupan Fe usia 20-45 tahun 26 mg, untuk ibu hamil ditambah 20 mg. Kebutuhan zat besi selama kehamilan sangat penting untuk diperhatikan. Banyak wanita terlihat sehat sebelum hamil namun mengalami anemia pada saat kehamilan. Itulah sebabnya wanita disarankan agar trimester kedua

dan ketiga kehamilan mengkonsumsi suplemen zat besi 30–60 mg. Prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia adalah 70%, ini berarti 7 dari 10 wanita hamil menderita anemia. (Khomsan, 2003).

Anemia pada kehamilan adalah anemia karena kekurangan zat besi, anemia pada kehamilan merupakan masalah nasional karena mencerminkan nilai kesejahteraan sosial ekonomi masyarakat dan pengaruhnya sangat besar terhadap kualitas sumber daya manusia. Anemia hamil disebut “*potensial danger to mother and child*” (potensial membahayakan ibu dan anak), karena itulah anemia memerlukan perhatian serius dari semua pihak yang terkait dalam pelayanan kesehatan. Anemia pada ibu hamil terjadi jika Hb kurang dari 11 gr%. Angka anemia kehamilan di Indonesia menunjukkan nilai yang cukup tinggi. Menurut Hoo Swie Tjiong yang dikutip dari Manuba (1998) menemukan angka anemia kehamilan 3.8% pada trimester I, 13.6% pada trimester II, dan 24.8% pada trimester III. Pada pengamatan lebih lanjut, menunjukkan bahwa kebanyakan anemia yang diderita masyarakat adalah karena kekurangan zat besi yang dapat diatasi melalui pemberian suplemen zat besi secara teratur dan peningkatan gizi. (Manuba, 1998).

Angka Kematian Ibu (AKI) merupakan salah satu indikator keberhasilan layanan kesehatan di suatu negara. Kematian ibu dapat terjadi karena beberapa sebab, diantaranya karena anemia. Penelitian Chidkk yang terdapat dalam penelitian Amiruddin (2007) menunjukkan bahwa angka kematian ibu adalah 70% untuk ibu yang anemia dan 19.7% untuk ibu yang non anemia. Anemia karena defisiensi zat besi merupakan penyebab utama anemia pada ibu hamil. Di Indonesia prevalensi anemia pada kehamilan masih tinggi yaitu sekitar 40.1% (SKRT 2001). Lautan J dkk (2001) melaporkan dari 31 orang wanita hamil pada trimester II didapati 23 orang (74%)

menderita anemia dan 13 orang (42%) menderita kekurangan besi. Mengingat besarnya dampak buruk dari anemia defisiensi zat besi pada wanita hamil dan janin, oleh karena itu perlu kiranya perhatian yang cukup terhadap masalah ini. (Amiruddin, 2007).

Selain zat besi yang dibutuhkan tambahan, untuk ibu hamil diperlukan kalsium 500 mg dengan tambahan 400 mg. Kalsium berguna untuk pertumbuhan tulang dan gigi janin, jika asupan kalsium yang kurang, maka terjadi gangguan pertumbuhan. Untuk itu, diperlukannya asupan tambahan kalsium yang cukup baik dari susu maupun makanan tambahan yang kaya sumber kalsium. (Curtis, 1999). Menurut Sutantyo (2003), *Food Suplemen* (Pelengkap makanan) adalah zat makanan (zat gizi maupun non gizi) tambahan dalam bentuk konsentrat atau ekstrak dari bahan alami maupun dari bahan sintesis atau kimia dalam bentuk tablet, kapsul, kaplet, bubuk atau sirup yang dikonsumsi sebagai tambahan zat makanan sehari-hari untuk meningkatkan kesehatan. Pada ibu hamil, asupan zat gizi yang kurang serta untuk melengkapi kebutuhan zat gizi untuk ibu hamil dan janin maka dilakukan pemberian suplemen baik yang dianjurkan maupun dengan keinginan sendiri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor apa saja yang berhubungan dengan frekuensi konsumsi suplemen pada ibu hamil.

Metode Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Rumah Sakit Melati Tangerang. Waktu penelitian selama 3 minggu pada bulan Agustus 2008. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif, dengan rancangan penelitian cross sectional yakni variabel dependen (frekuensi konsumsi suplemen) dan variabel independen (usia kehamilan, aktivitas ibu hamil, tingkat pendidikan ibu hamil, tingkat pengetahuan ibu hamil,

tingkat pendapatan dan penganjur penggunaan) diukur pada waktu yang bersamaan. Populasi penelitian ini adalah seluruh ibu hamil yang berkunjung di poliklinik kebidanan RS Melati yaitu pasien rawat jalan yang hamil pada trimester I, II, dan III pada bulan Agustus 2008. Sampel yang diambil berdasarkan "pur-possive sampling" yakni ibu hamil yang memiliki kriteria yaitu; Ibu hamil yang berkunjung dan memeriksa kehamilannya di poli kebidanan, tidak buta huruf, dan bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Penelitian ini menggunakan uji Chi-Square untuk mengetahui adanya hubungan variabel yang diukur antara variabel independen (usia kehamilan, aktivitas ibu hamil, tingkat pendidikan, tingkat pengetahuan, tingkat pendapatan dan penganjur penggunaan suplemen) dengan variabel dependen (frekuensi konsumsi suplemen) dengan analisa deskriptif dan menggunakan tabulasi silang.

Hasil dan Pembahasan

Hasil penelitian sebanyak 82% responden memiliki frekuensi konsumsi suplemen yang sering. Sedangkan sisanya memiliki frekuensi jarang mengkonsumsi suplemen sebesar 18%. WHO (1998) yang dikutip dari www.skripsi-tesis.com (2003) menganjurkan untuk memberikan suplementasi Fe kepada ibu hamil karena keperluan zat besi pada masa hamil dan tidak dapat dipenuhi hanya dari makanan saja. Ibu hamil sangat disarankan untuk minum pil besi selama 3 bulan yang harus diminum setiap hari. Suatu penelitian menunjukkan bahwa wanita hamil yang tidak minum suplementasi besi mengalami penurunan *ferritin* (cadangan besi) cukup tajam sejak minggu ke-12 usia kehamilan. (Khomsan, 2003). Pada penelitian WHO (1998) menyarankan agar seringnya frekuensi suplemen bahkan setiap hari agar kebutuhan zat gizi ibu hamil dapat terpenuhi. Bila dibandingkan dengan hasil

penelitian, ibu hamil yang berkunjung ke poli kebidanan RS Melati sudah sering mengkonsumsi suplemen sebesar 82%. Hasil penelitian Khomsan, (2003) jika frekuensinya jarang mengkonsumsi suplemen maka akan mengalami penurunan *ferritin* (cadangan zat besi) akibat kurangnya asupan mineral yang tidak terpenuhi oleh ibu hamil dari makanan. Bila dibandingkan dengan hasil penelitian, ibu hamil yang berkunjung di poli kebidanan RS Melati masih ada yang jarang mengkonsumsi suplemen sebesar 18%. Dari hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa rata-rata ibu hamil frekuensinya sudah sering mengkonsumsi suplemen sebagai produk tambahan untuk melengkapi kebutuhan zat gizi makanan yang terdiri dari beberapa vitamin dan mineral untuk meningkatkan kesehatan.

Usia Kehamilan

Hasil penelitian menunjukkan, sebanyak 52% responden memasuki trimester III. Sedangkan sisanya trimester II 26% dan trimester I 22%. Ibu hamil memiliki karakteristik yang berbeda-beda pada tiap trimesternya. Jadi penggunaan suplemen berbeda menurut trimesternya. Pada trimester ketiga, kebutuhan ibu hamil akan zat besi makin meningkat. (Curtis, 1999). Jadi dapat disimpulkan kunjungan ibu hamil di poli kebidanan Rumah Sakit Melati terbanyak pada trimester III (52%). Hal ini disebabkan pada trimester III kebutuhan zat besi sangat meningkat untuk persiapan melahirkan, selain itu, melihat keadaan posisi janin dari hasil USG sehingga banyak ibu hamil pada trimester III datang berkunjung di R.S Melati.

Aktivitas ibu hamil

Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 76% responden memiliki aktivitas sedang. Sedangkan sisanya 14% memiliki aktivitas berat dan 10% memiliki

aktivitas ringan. Setiap aktivitas memerlukan energi, makin banyak aktivitas yang dilakukan, makin banyak energi yang diperlukan tubuh. Banyak wanita terutama wanita karier atau wanita yang banyak berhubungan dengan publik cenderung lebih memilih konsumsi diet tanpa lemak atau hanya konsumsi buah-buahan, karena mereka lebih mengutamakan menjaga kecantikan tubuhnya. (Arisman, 2004). Dari hasil penelitian ternyata masih ditemukan ibu hamil yang memiliki aktivitas berat (14%) salah satu contoh ibu hamil yang memiliki aktivitas berat yakni membuat makanan jajanan ringan dari subuh, kemudian menyiapkan sarapan dan membersihkan rumah dilanjutkan dengan

bekerja di perusahaan (pabrik) sebagai penjahit mulai dari pagi hingga sore kemudian ketika pulang sudah membersihkan rumah dan memasak kembali serta membeli bahan untuk membuat makanan ringan keesokan paginya. Untuk aktivitas ringan, biasanya kegiatan yang dilakukan ibu hamil hanya dirumah saja dengan makan, nonton TV dan tidur. Jadi, aktivitas ibu hamil yang berkunjung di RS. Melati memiliki aktivitas sedang. Untuk ibu hamil yang memiliki aktivitas berat, sebaiknya perlu dikurangi aktivitasnya, mengingat keselamatan ibu hamil dan janin sangat beresiko.

Tabel 1
Karakteristik Responden

Variabel	N	%
1. Frekuensi Konsumsi Suplemen:		
a. Jarang	9	18.0
b. Sering	41	82.0
2. Usia Kehamilan		
a. I	11	22.0
b. II	13	26.0
c. III	26	52.0
3. Aktifitas Ibu Hamil:		
a. Berat	7	14.0
b. Sedang	38	76.0
c. Ringan	5	10.0
4. Tingkat Pendidikan Ibu Hamil:		
a. Menengah	29	58.0
b. Tinggi	21	42.0
5. Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil:		
a. Baik	26	52.0
b. Cukup	18	36.0
c. Kurang	6	12.0
6. Tingkat Pendapatan Ibu Hamil:		
a. Diatas UMR (\geq Rp. 950.000,-)	50	100.0
b. Dibawah UMR ($<$ Rp.950.00,-)	0	0.0
7. Penganjur Penggunaan Suplemen:		
a. Dokter	20	40.0
b. Bidan	26	52.0
c. Keinginan Sendiri	4	8.0

Tingkat Pendidikan ibu hamil

Hasil penelitian menunjukkan, sebanyak 58% responden mempunyai pendidikan menengah (SMU), sedangkan yang mempunyai pendidikan tinggi (PT) sebesar 42 %. Pendidikan formal merupakan pendidikan yang diselenggarakan disekolah-sekolah. Jalur ini mempunyai jenjang pendidikan yang jelas mulai dari pendidikan dasar (SD dan SMP), pendidikan menengah (SMU) dan pendidikan tinggi (PT). (id.

wikipedia.org/wiki/pendidikan, 2008). Dari hasil penelitian menunjukkan, ibu hamil yang berkunjung di poli kebidanan RS. Melati memiliki jenjang pendidikan menengah (SMU).

Tingkat Pengetahuan ibu hamil

Hasil penelitian menunjukkan, sebanyak 52% responden memiliki pengetahuan yang baik. Sedangkan 36% responden memiliki pengetahuan yang cukup

dan responden yang memiliki pengetahuan kurang sebesar 12%. Jadi dapat disimpulkan, ibu hamil yang berkunjung di poli kebidanan RS. Melati sudah memiliki pengetahuan yang baik, meskipun dengan latar belakang pendidikan menengah. Hal ini mungkin dikarenakan R.S Melati mengadakan program penyuluhan gratis pada ibu hamil secara rutin tiap bulan. Selain itu, adanya perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi sehingga banyaknya informasi yang diperoleh ibu hamil.

Tingkat Pendapatan ibu hamil.

Hasil penelitian menunjukkan, sebanyak 100% responden mempunyai pendapatan diatas UMR. Sedangkan yang mempunyai pendapatan dibawah UMR sebanyak 0%. Menurut Fracin, (2004) dalam kehidupan sehari-hari sering kali terlihat keluarga yang berpenghasilan cukup akan tetapi makanan yang dihidangkan seadanya saja. Tidak berbeda mutunya jika dibandingkan dengan keluarga yang berpenghasilan rendah. Keputusan Gubernur Banten No. 561/kep.725.kuk/2007 telah disahkan pada tanggal 16 November 2007. Keputusan ini menetapkan mengenai UMR kota Tangerang untuk tahun 2008 sebesar Rp. 953.850 per bulan. Keputusan ini mulai berlaku pada tanggal 1 Januari 2008. (Cikupamas. Com/content/index.php, 2008). Hasil yang diperoleh dari hasil penelitian, ibu hamil yang berkunjung pada poli kebidanan R.S. Melati memiliki pendapatan diatas UMR. Hal ini mungkin dikarenakan UMR (Upah Minimum Regional) yang ada di kota Tangerang sebesar Rp. 950.000 sehingga kebanyakan ibu hamil yang berkunjung di poli kebidanan R.S Melati pendapatan keluarganya diatas Rp. 950.000

Penganjur Penggunaan Suplemen

Hasil penelitian menunjukkan, sebanyak 52% penganjur penggunaan

suplemen dari bidan, sedangkan penganjur penggunaan suplemen dari dokter sebesar 40% dan penggunaan suplemen dengan keinginan sendiri sebesar 8%. Ibu hamil yang ingin mengkonsumsi suplemen, sebaiknya tetap berkonsultasi terlebih dahulu kepada dokter kandungan yang menanganinya. (Handri, 2007). Ibu hamil mendapatkan tambahan zat besi, asam folat, kalsium dan seng yang diperlukan dalam masa kehamilan. Itulah sebabnya zat-zat ini merupakan vitamin dan mineral yang paling lazim diberikan resepnya oleh petugas kesehatan sebagai pelengkap dalam masa kehamilan. (Sloane,1997). Jadi dapat disimpulkan setiap ibu hamil yang berkunjung di poli kebidanan RS. Melati sebagian besar dapat anjuran penggunaan suplemen dari petugas kesehatan, yang paling banyak penganjur penggunaan suplemen berasal dari bidan (52%). Hal ini mungkin dikarenakan ibu hamil sebelum memeriksakan kehamilannya ke dokter, memeriksakan kehamilannya terlebih dulu ke bidan setempat dekat dengan tempat tinggal responden.

Hubungan Antara Usia Kehamilan dengan Frekuensi Konsumsi Suplemen

Dari hasil uji Statistik menunjukkan nilai $p = 0,002$ dimana nilai $p < 0,05$ hal tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan bermakna antara usia kehamilan dengan frekuensi seringnya mengkonsumsi suplemen. Ibu hamil disarankan agar trimester kedua dan ketiga kehamilan mengkonsumsi suplemen zat besi 30–60 mg. Pada saat hamil trimester pertama kebutuhan zat besi sedikit karena tidak terjadi menstruasi dan pertumbuhan janin masih lambat. (Khomsan, 2003). Pada trimester ketiga, kebutuhan ibu hamil akan zat besi makin meningkat. (Curtis, 1999). Jadi dapat disimpulkan ada hubungan bermakna

antara usia kehamilan dengan frekuensi konsumsi suplemen. Hasil penelitian pun menunjukkan hubungan yang bermakna. Jadi pada trimester III frekuensi konsumsi suplemen menjadi sering (100%) dibandingkan pada trimester II (69.2%) dan trimester I (54.5%). Hal ini sesuai dengan penelitian Curtis, (1999) yang menjelaskan bahwa trimester III, kebutuhan ibu hamil akan zat besi makin meningkat. Sama halnya dengan penelitian Khomsan, (2003)

ibu hamil disarankan agar trimester kedua dan ketiga kehamilan mengkonsumsi suplemen zat besi 30–60 mg. Pada saat hamil trimester pertama kebutuhan zat besi sedikit karena tidak terjadi menstruasi dan pertumbuhan janin masih lambat. Jadi ada hubungan bermakna antara usia kehamilan dengan seringnya frekuensi mengkonsumsi suplemen.

Tabel 2
Analisis Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Frekuensi Konsumsi Suplemen

Variabel	Frekuensi Konsumsi Suplemen		P-value
	Sering (N=41)	Jarang (N=9)	
1. Usia Kehamilan			
a. I	26(63.4) ^a	0(0.0)	0.002
b. II	9(22.0)	4(44.5)	
c. III	6(14.6)	5(55.5)	
2. Aktifitas Ibu Hamil:			
a. Berat	5(12.2)	2(22.2)	0.442
b. Sedang	31(75.6)	7(77.8)	
c. Ringan	5(12.2)	0(0.0)	
3. Tingkat Pendidikan Ibu Hamil:			
a. Menengah	22(53.7)	7(77.8)	0.271
b. Tinggi	19(46.3)	2(22.2)	
4. Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil:			
a. Baik	24(58.6)	2(22.2)	0.044
b. Cukup	14(34.1)	4(44.5)	
c. Kurang	3(7.3)	3(33.3)	
5. Penganjur Penggunaan Suplemen:			
a. Dokter	19(46.3)	1(11.1)	0.049
b. Bidan	18(44.0)	8(88.9)	
c. Keinginan Sendiri	4(9.7)	0(0.0)	

^a N(%)

Hubungan Antara Aktivitas ibu hamil dengan Frekuensi Konsumsi Suplemen.

Dari hasil uji statistik (tabel 2) menunjukan nilai $p = 0,442$ dimana nilai $p >$ dari 0,05. hal tersebut menunjukan bahwa tidak ada hubungan bermakna antara aktivitas ibu hamil dengan frekuensi mengkonsumsi suplemen. Setiap aktivitas memerlukan energi, makin banyak aktivitas yang dilakukan, makin banyak energi yang diperlukan tubuh. Banyak wanita terutama wanita karier atau wanita yang banyak berhubungan dengan publik cenderung lebih memilih konsumsi diet tanpa lemak

atau hanya konsumsi buah-buahan, karena mereka lebih mengutamakan menjaga kecantikan tubuhnya. (Arisman, 2004). Aktivitas yang tinggi semakin banyak memerlukan energi. Pengukuran energi didasarkan pada pengeluaran energi dengan komponen utama angka metabolisme basal dan kegiatan fisik sesuai dengan tingka-tannya (ringan, sedang dan berat) pada masing-masing jenis kelamin. (Kurnia, 2008). Hasil yang diperoleh pada penelitian, menunjukkan tidak adanya hubungan yang bermakna antara akti-vitas ibu hamil dengan frekuensi konsumsi suplemen. Hal ini mungkin dikarenakan setiap aktivitas

apapun pada ibu hamil baik ringan, sedang maupun besar tetap harus memerlukan suplemen sebagai makanan pelengkap vitamin dan mineral yang dibutuhkan. Hal ini juga bisa disebabkan dari awal kehamilan, ibu hamil sudah dianjurkan oleh petugas kesehatan mengkonsumsi suplemen sebagai pelengkap tanpa melihat aktivitasnya.

Hubungan Antara Tingkat Pendidikan Ibu hamil dengan Frekuensi Konsumsi Suplemen

Dari hasil uji statistik menunjukkan nilai $p = 0,271$ dimana nilai $p > 0,05$. Hal tersebut menunjukkan bahwa tidak ada hubungan bermakna antara tingkat pendidikan dengan frekuensi mengkonsumsi suplemen. Jadi dapat disimpulkan bahwa ibu hamil dengan pendidikan apapun ketika datang ke poli kebidanan RS. Melati pasti akan mendapatkan suplemen yang diberikan oleh petugas kesehatan (dokter dan bidan). Jadi secara otomatis, ibu hamil akan mengkonsumsi suplemen yang diberikan petugas, tanpa melihat latar belakang pendidikannya.

Hubungan antara Tingkat Pengetahuan Ibu hamil dengan Frekuensi Konsumsi Suplemen

Dari hasil uji statistik menunjukkan nilai $p = 0,044$ dimana nilai $p < 0,05$. Hal tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan bermakna antara tingkat pengetahuan ibu hamil dengan konsumsi suplemen. Suatu survey pada tahun 1999 menunjukkan bahwa walaupun banyak wanita hamil yang mengetahui bahwa asam folat dapat mengurangi resiko terjadinya NTD pada bayi yang dilahirkan, hanya sedikit diantara mereka yang mengkonsumsi suplemen asam folat sebelum hingga bulan pertama kehamilan. (Febriansyah, 2003). Hal ini berbeda dengan hasil penelitian ini yang

me-nunjukkan adanya hubungan bermakna antara tingkat pengetahuan dengan seringnya frekuensi mengkonsumsi suplemen. Ibu hamil yang berkunjung di poli kebidanan RS Melati sudah memiliki pengetahuan yang baik sebesar 92.3%. Hal ini mungkin dikarenakan R.S Melati mengadakan program penyuluhan gratis pada ibu hamil secara rutin tiap bulan. Selain itu, adanya perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi sehingga banyaknya informasi yang diperoleh ibu hamil.

Hubungan Antara Tingkat Pendapatan Ibu hamil dengan Frekuensi Konsumsi Suplemen

Hasil yang diperoleh dari hasil penelitian menunjukkan rata-rata responden memiliki pendapatan diatas UMR (\geq Rp. 950.000) sebesar 100% dan tidak ada responden yang memiliki pendapatan dibawah UMR. Untuk itu tidak dapat dilakukan analisis bivariat. Upaya-upaya dalam penanggulangan anemia gizi terutama pada wanita hamil telah dilaksanakan oleh pemerintah. Salah satu caranya adalah melalui suplementasi zat besi. (Depkes. 1999). Jadi, berapa pun besarnya pendapatan ibu hamil, ibu hamil akan diberikan suplemen oleh petugas kesehatan untuk melengkapi kebutuhannya akan zat gizi terutama pada ibu hamil yang sebelum berkunjung ke poli kebidanan R.S Melati mereka berkunjung terlebih dahulu ke bidan atau puskesmas sekitar tempat tinggalnya untuk memeriksa kehamilan dan mendapatkan suplemen. Untuk pendapatan yang kecil pun, akan mendapatkan suplemen, misalnya suplemen Fe yang merupakan program dari pemerintah. Jadi dengan diberikannya suplemen maka ibu hamil akan mengkonsumsi suplemen tersebut.

Hubungan Antara Penganjur Penggunaan Suplemen pada Ibu hamil dengan Konsumsi Suplemen

Dari hasil uji statistik menunjukkan nilai $p = 0,049$ dimana nilai $p < 0,05$. Hal tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan antara penganjur penggunaan suplemen dengan frekuensi mengkonsumsi suplemen. Faktor utama yang menyebabkan sulitnya penurunan prevalensi anemia antara lain karena rendahnya cakupan distribusi dan kepatuhan ibu mengkonsumsi tablet besi. Survei Kesehatan Rumah Tangga melaporkan bahwa distribusi tablet besi sebesar 27% dan kepatuhan ibu mengkonsumsi tablet besi yang dianjurkan oleh petugas kesehatan sebanyak 23%. (Ernawati, 2000). Pemberi asuhan kesehatan akan memberikan saran kepada ibu hamil untuk minum vitamin pralahir sebelum hamil. (Curtis, 1999). Jadi dapat disimpulkan ada hubungannya penganjur penggunaan suplemen dengan seringnya frekuensi konsumsi suplemen. Data yang diperoleh menunjukkan 95% responden seringnya mengkonsumsi suplemen yang dianjurkan oleh dokter. Hal ini mungkin disebabkan, sebagian masyarakat kota, berpendapat lebih mendengarkan anjuran dokter dibandingkan dengan bidan, padahal tugas dari petugas kesehatan itu sama yakni memberikan pelayanan yang terbaik untuk meningkatkan kesehatan secara optimal, tanpa harus melihat siapa yang menganjurkan.

Kesimpulan

Hasil yang diperoleh dari penelitian menunjukkan adanya hubungan bermakna antara variabel usia kehamilan, tingkat pengetahuan, serta tingkat penganjur penggunaan suplemen dengan frekuensi konsumsi suplemen ($p \leq 0,05$). Namun tidak ditemukan adanya hubungan bermakna pada variabel aktifitas dan tingkat pendidikan dengan frekuensi konsumsi suplemen ($p > 0,05$). Dari hasil tersebut, maka

diperlukan asupan tambahan konsumsi suplemen untuk ibu hamil agar kondisinya tetap fit sampai pada saat melahirkan sehingga perlu adanya motivasi pada ibu hamil untuk bisa meningkatkan konsumsi suplemen.

Daftar Pustaka

- Almatsier, Sunita. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama. 2002.
- Amiruddin, Ridwan. dkk. *Anemia Defisiensi Zat Besi Pada Ibu Hamil Di Indonesia (Evidence Based)*. Wordpress.com. 2007
- Arisman. *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: EGC. 2004.
- Curtis, Glade. *Kehamilan Diatas Usia 30 Tahun*. Jakarta: Arca. 1999.
- Dwiprahasto, Iwan. *Prosiding Pertemuan Ilmiah Nasional Diebetic Update*. Yogyakarta: ASDI. 2003.
- Eisenberg, Arlene. Dkk. *Kehamilan : Apa Yang Anda Hadapi Bulan Per Bulan*. Jakarta: Arca. 1996.
- . *Makanan: Apa Yang Dibutuhkan Selama Kehamilan*. Jakarta: Arca. 1999.
- Francin Paath, Erna dkk. *Gizi Dalam Kesehatan Reproduksi*. Jakarta: EGC. 2004.
- Hardjan, Agus. *Tubuh Wanita Modern*. Jakarta. Arca: 2000.
- Hastono, Sutanto Priyo. *Analisis Data*. Jakarta: FKM UI. 2001.
- Id.wikipedia.org/wiki/pendidikan. *Pendidikan*. 2008

- Karimah, Nurul. *Hubungan Antara Aktivitas Terhadap Asupan Zat Gizi dengan Status Gizi Anak Usia Sekolah Kelas IV, V dan VI di SDN Pabuaran Tumpang I Tangerang*. Jakarta: KTI. 2004.
- Khomsan, Ali. *Pangan dan Gizi Untuk Kesehatan*. Jakarta: PT. RajaGrafindo Persada. 2003.
- Kurnia, Diah Mustika. *Hubungan konsumsi minuman ringan (soft drink) dengan IMT pada siswa kelas I di SMK N 44 Jakarta*. Jakarta: KTI Jurusan Gizi. 2008.
- Manuaba, Ida Bagus Gde. *Ilmu Kebidanan; Penyakit Kandungan dan Keluarga Berencana Untuk Pendidikan Bidan*. Jakarta: EGC. 1998.
- Nasoetion, Andi Hakim. Dkk. *Gizi Untuk Kebutuhan Fisiologis Khusus*. Jakarta: PT. Gramedia. 1998.
- Poedyasmoro. Dkk. *Buku Praktis Ahli Gizi*. Malang: Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Malang. 2003.
- Purba, Martalena. *Prosiding Pertemuan Ilmiah Nasional Diebetic Update*. Yogyakarta: ASDI. 2003.
- Rakhma, Yuditha. *Gambaran konsumsi suplemen Fe pada Ibu hamil di Rumah Sakit Bakti Asih Ciledug Tangerang*. Jakarta: KTI. 2004.
- Sloane, Philip. *Petunjuk Lengkap Kehamilan*. Jakarta: Mitra Utama. 1997.
- Southeast Asian Food and Agricultural Science and Technology. IPB bekerja sama dengan Departemen Ilmu dan Teknologi Pangan; Fakultas Teknologi Pertanian. IPB dan Departemen Gizi Masyarakat. Fakultas Ekologi Masyarakat. IPB.
- Sugiyono. *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta. 2002
- Suharjo, dkk. *Prinsip-Prinsip Ilmu Gizi*. Yogyakarta. Kanisius. 1992.
- Sulaeman, Ahmad. *Seminar Sehari Keamanan Pangan "Food Supplement and Health Aspect"* Serang. Banten. 2007.
- Supariasa, I Dewa Nyoman dkk. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: EGC. 2001.
- Sutanto. *Paper: Makanan Bergizi Untuk Ibu Hamil*. 2005.
- Sutanty, Edi. *Paper: Food Supplement. Health Food and Energy Drink*. 2003.
- Tan, Anthony. *Wanita dan Nutrisi*. Jakarta: Bumi Aksara. 2002.
- Winarno, F.G. *Gizi dan Makanan*. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan. 1990.
- <http://www.balita-anda.Indoglobal.com/balita-ibu-hamil-tak-harus-ngemil> (Haryanto, Trisno. INTISARI: Zat-zat Gizi Penting Untuk Ibu Hamil).
- www.ibuhamil.com. Febriansyah dkk. *Dapatkah Asam Folat Membantu Mencegah Terjadinya Cacat Bawaan Pada Bayi*. Sumber: Tim Green. Universitas OTAGO. New Zealand. 2004