

FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KONSUMSI SUPLEMEN PADA IBU HAMIL DI RUMAH-SAKIT MELATI TANGERANG

Hanifa, Sugeng Wiyono
Polytechnic of Health Jakarta II, Department of Nutrition, Ministry of Health Republic of
Indonesia
Jl. Hang Jebat III F3 Kebayoran Baru Jakarta Selatan
sugeng_gizi@yahoo.com

Abstract

Pregnancy period is one of the critical points in the life cycle. Therefore, pregnant mothers should get additional intake of energy, protein, minerals, such as iron and calcium as well as folic acid and vitamins. The aims of this study was to determine the factors associated with the frequency of consumption of supplements in pregnant women. This is descriptive study and cross-sectional design. We got 50 respondents who visit at obstetrics poly. This study shows that the respondents who consumes supplements are often (82 %) and rarely (18 %). Based on period of pregnancy, most of respondents in third trimester (52 %). Based on the activity, most of respondents in moderate activity category (76 %). Based on level of education and knowledge, most of respondent are secondary (high school) (58 %) and good knowledge category (52 %). Based on income , pregnant women who have an income above the minimum wage (100 %). Based on advocate the use of supplements , doctors (40 %) , midwives (52 %) and the desire alone (8 %). There is significant relationship between the frequency of consumption of supplements with which varabel gestational age ($p < 0.05$), the level of knowledge ($p < 0.05$), as well as advocate the use of level of supplementation ($p < 0.05$). Whereas the other data shows that no significant correlation with the frequency of consumption of supplements is often activity and educational level ($p \geq 0.05$). The pregnant women need additional intake from supplements until the time of delivery.

Keywords: Consumption of Supplements, Pregnant Women, Gestational

Abstrak

Masa hamil merupakan salah satu titik rawan dalam siklus kehidupan. Oleh karenanya, selama kehamilan Ibu 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 ini deskriptif, dengan rancangan cross sectional dan didapat 50 responden yang berkunjung di poli kebidanan R.S Melati. Penelitian ini menunjukkan bahwa responden yang mengonsumsi suplemen sering (82%), jarang (18%). Berdasarkan usia kehamilan, sebagian besar responden berada pada 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%). Adanya hubungan bermakna antara frekuensi konsumsi suplemen dengan yaitu varabel usia kehamilan ($p < 0.05$), tingkat pengetahuan ($p < 0.05$), serta tingkat penganjur penggunaan suplemen ($p < 0.05$). sedangkan yang menunjukkan tidak adanya hubungan bermakna dengan seringnya frekuensi konsumsi suplemen yaitu aktivitas dan tingkat pendidikan ($p \geq 0.05$). Perlunya asupan tambahan konsumsi suplemen untuk ibu hamil agar kondisinya tetap fit sampai pada saat melahirkan.

Kata Kunci: Frekuensi, Konsumsi, Suplemen

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 trimester 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 Almatsier (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 µg. Untuk ibu hamil diberi tambahan 150 µg. 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

perikonsepsi 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^o. Angka anemia kehamilan di Indonesia menunjukkan nilai yang cukup tinggi. Menurut Hoo Swie Tjong 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 Chi dkk 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).

Agar kehamilan berjalan dengan sukses, keadaan gizi ibu hamil harus dalam keadaan baik dan selama hamil mendapatkan tambahan energi, protein, mineral, seperti zat besi dan kalsium serta asam folat dan berbagai vitamin. Asupan makanan yang cukup akan baik pula untuk janin. Janin akan memperoleh makanan dari ibu. Apabila tidak mencukupi maka cadangan zat gizi ibu yang akan dipakai, sehingga ibu hamil perlu memperoleh tambahan makanan pada masa kehamilan. Tambahan makanan tersebut bisa diperoleh dari asupan pelengkap suplemen. (Arisman, 2004). 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

kehatan. 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. Tujuan dari penelitian ini adalah 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 "*purposive sampling*" yakni ibu hamil yang memiliki kriteria sebagai berikut:

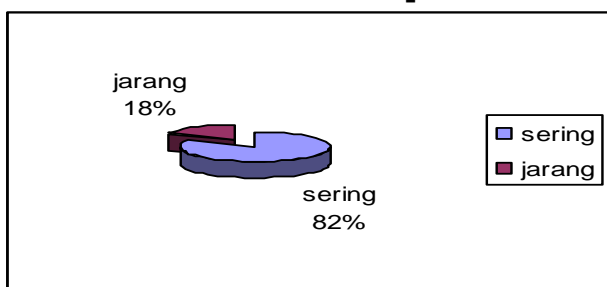
- a. Ibu hamil yang berkunjung dan memeriksa kehamilannya di poli kebidanan.
- b. Tidak buta huruf.
- c. Bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian ini.

Data yang didapat menggunakan kuisioner sebagai instrumen. Untuk mengetahui adanya hubungan antara frekuensi konsumsi suplemen dengan usia kehamilan, aktivitas, tingkat pendidikan, tingkat pengetahuan, tingkat pendapatan dan penganjur penggunaan suplemen maka dilakukan uji Chi Square.

Hasil dan Pembahasan

Presentasi kunjungan ibu hamil yang berkunjung di poli kebidanan Rumah Sakit Melati pada bulan Juni 2008 38%, pada bulan Juli 42% sedangkan pada bulan Agustus meningkat menjadi 64%.

a. Frekuensi konsumsi suplemen

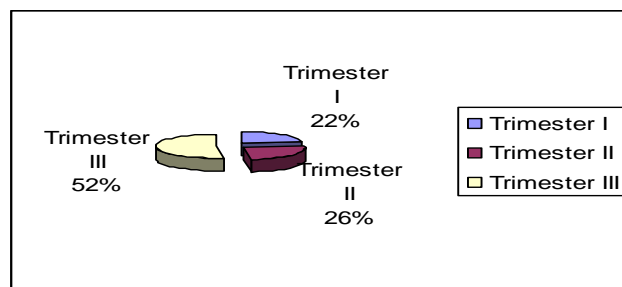


Grafik 1
Distribusi Responden
Berdasarkan Frekuensi Konsumsi
Suplemen

Berdasarkan diagram diatas, sebanyak 82% responden memiliki frekuensi konsumsi suplemen yang sering. Sedangkan sisanya memiliki frekuensi jarang mengkonsumsi suplemen sebesar 18%. WHO (1998) 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.

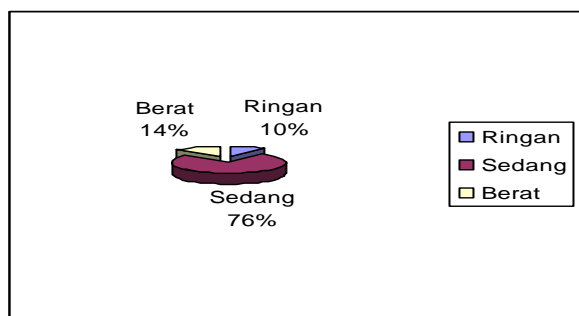
b. Usia kehamilan



Grafik 2
Distribusi Responden
Berdasarkan Usia Kehamilan

Berdasarkan diagram diatas, sebanyak 52% responden memasuki trimester III. Sedangkan sisanya trimester II 26% dan trimester I sebesar 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). 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.

c. Aktivitas ibu hamil

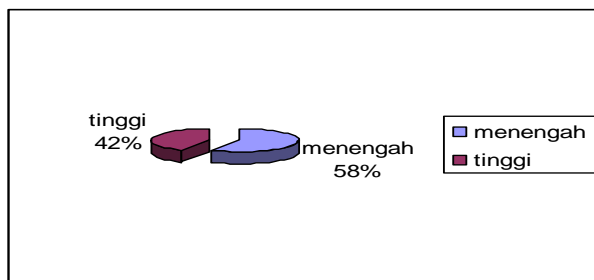


Grafik 3

Distribusi Responden Berdasarkan Aktivitas ibu hamil

Berdasarkan diagram diatas, 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.

d. Tingkat pendidikan ibu hamil

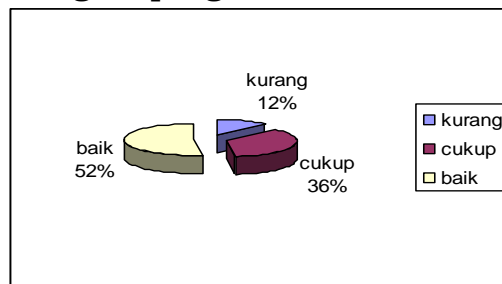


afik 4

Distribusi Responden Berdasarkan Pendidikan

Berdasarkan diagram diatas, sebanyak 58% responden mempunyai pendidikan menengah (SMU), sedangkan yang mempunyai pendidikan tinggi 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).

e. Tingkat pengetahuan ibu hamil



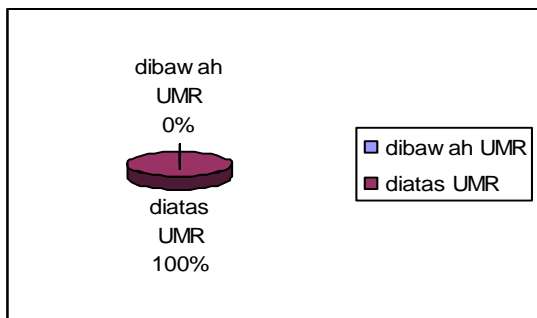
Grafik 5

Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan

Berdasarkan diagram diatas, 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.

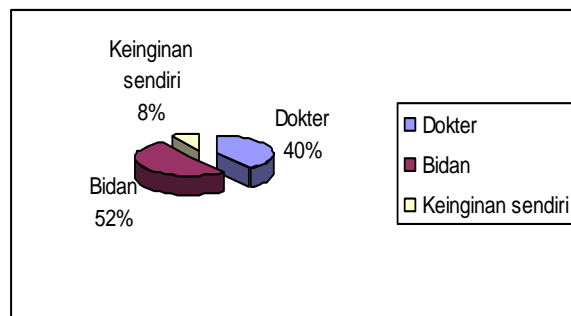
f. Tingkat pendapatan ibu hamil



Grafik 6
Distribusi Responden Berdasarkan Pendapatan

Berdasarkan diagram diatas, sebanyak 100% responden mempunyai pendapatan diatas UMR (\geq Rp. 950.000) Sedangkan yang mempunyai pendapatan dibawah UMR sebesar 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

g. Penganjur Penggunaan Suplemen



Grafik 7
Distribusi Responden Berdasarkan Penganjur Penggunaan Suplemen

Berdasarkan diagram diatas, 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.

h. Hubungan Antara Usia Kehamilan dengan Frekuensi Konsumsi Suplemen

Tabel 1
Distribusi usia kehamilan dan frekuensi konsumsi suplemen

Usia Kehamilan (Trimester)	Frekuensi				Total	
	Sering		Jarang			
	n	%	n	%	n	%
Trimester III	26	100	0	0.0	26	52
Trimester II	9	69.2	4	30.8	13	26
Trimester I	6	54.5	5	45.5	11	22
Total	41	82	9	18	50	100

P = 0.002

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.

i. Hubungan Antara Aktivitas ibu hamil dengan Frekuensi Konsumsi Suplemen.

Tabel 2
Distribusi aktivitas ibu hamil dan frekuensi konsumsi suplemen

Aktivitas ibu hamil	Frekuensi				Total	
	Sering		Jarang			
	n	%	n	%	n	%
Berat	5	71.4	2	28.6	7	14
Sedang	31	81.6	7	18.4	38	76
Ringan	5	100	0	0	5	10
Total	41	82	9	18	50	100

P = 0.442

Dari hasil uji statistik menunjukkan nilai $p = 0,442$ dimana nilai $p > 0,05$. hal tersebut menunjukkan 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 tingkatannya (ringan, sedang dan berat) pada masing-masing jenis kelamin. (Kurnia, 2008). Hasil yang diperoleh pada penelitian, menunjukkan tidak adanya hubungan yang bermakna antara aktivitas 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.

j. Hubungan Antara Tingkat Pendidikan Ibu hamil dengan Frekuensi Konsumsi Suplemen

Tabel 3

Distribusi tingkat pendidikan dan konsumsi suplemen

Tingkat Pendidikan ibu hamil	Frekuensi				Total	
	Sering		Jarang		n	%
	n	%	n	%		
Menengah	22	75.9	7	24.1	29	58
Tinggi	19	90.5	2	9.5	21	42
Total	41	82	9	18	50	100

P = 0.271

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.

k. Hubungan antara Tingkat Pengetahuan Ibu hamil dengan Frekuensi Konsumsi Suplemen

Tabel 4

Distribusi tingkat pengetahuan dan frekuensi konsumsi suplemen

Tingkat pengetahuan ibu hamil	Frekuensi				Total	
	Sering		Jarang		n	%
	n	%	n	%		
Baik	24	92.3	2	7.7	26	52
Cukup	14	77.8	4	22.2	18	36
Kurang	3	50	3	50	6	12
Total	41	82	9	18	50	100

P = 0.044

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 menunjukkan 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.

1. 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 anamia gizi terutama pada wanita hamil telah dilaksanakan oleh pemerintah. Salah satu caranya adalah melalui suplementasi zat besi. (Depkes. 1999 dikutip dari www.skripsi-tesis.com). 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.

m. Hubungan Antara Penganjur Penggunaan Suplemen pada Ibu hamil dengan Konsumsi Suplemen

Tabel 5
Distribusi anjuran penggunaan suplemen dan frekuensi konsumsi suplemen

Penganjur penggunaan suplemen	Frekuensi				Total	
	Sering		Jarang		n	%
	n	%	n	%		
Dokter	19	95	1	5	20	40
Bidan	18	69.2	8	30.8	26	52
Keinginan sendiri	4	100	0	0	4	8
Total	41	82	9	18	50	100

P = 0.049

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. dikutip dari www.skrisi-tesis.com, 2003). 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 penelitian menunjukkan adanya hubungan bermakna antara frekuensi konsumsi suplemen dengan variabel usia kehamilan, tingkat pengetahuan, serta tingkat penganjur penggunaan suplemen. Sedangkan yang menunjukkan tidak adanya hubungan bermakna dengan seringnya frekuensi konsumsi suplemen yaitu aktivitas dan tingkat pendidikan. Oleh karenanya, Perlunya 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. Untuk RS Melati tetap dilanjutkan adanya program penyuluhan gizi ibu hamil secara rutin tiap bulannya. Hal ini diharapkan untuk meningkatkan pengetahuan gizi ibu hamil.

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 Diabetic 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 Tumpeng 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.
- Sutantyo, 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-ibuhamil-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
- www.dr.handri.com. *Hubungan Antara Vitamin E dengan Pertumbuhan Janin Dalam Kandungan..* 2007
- www.ridwanamiruddin.wordpress.com. *Strategi Perencanaan Kesehatan*. 2008.
- www.skripsi-tesis.com *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Rendahnya Cakupan Fe pada Ibu hamil di Kabupaten Selatan Propinsi Bengkulu*. 2003