

HUBUNGAN KEPATUHAN IBU HAMIL DALAM MENGGONSUMSI TABLET ZAT BESI dan TINGKAT KEJADIAN ANEMIA DI PUSKESMAS JAWILAN KABUPATEN SERANG TAHUN 2012

Winda Kumala, Idrus Jus'at
Jurusan Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Esa Unggul Jakarta
Jln. Arjuna Utara Tol Tomang-Kebon Jeruk Jakarta
Idrus.jus'at@esaunggul.ac.id

Abstrak

Angka Kematian Ibu (AKI) merupakan salah satu indikator keberhasilan pelayanan kesehatan di suatu negara. Kematian ibu dapat terjadi, diantaranya karena anemia. Anemia pada kehamilan berhubungan dengan meningkatnya angka kesakitan dan kematian ibu. Anemia pada defisiensi zat besi merupakan penyebab utama anemia pada ibu hamil dibandingkan dengan zat gizi lain. Cara efektif untuk mengatasinya dengan mengonsumsi tablet zat besi. Mengetahui hubungan kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet zat besi dan tingkat kejadian anemia di Puskesmas Jawilan Kabupaten Serang tahun 2012. Penelitian ini bersifat deskriptif analitik dengan pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil trimester II yang berkunjung ke puskesmas Kecamatan Jawilan Kabupaten Serang dengan jumlah sampel 44 ibu hamil. Uji statistik dalam penelitian ini menggunakan uji chi square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan ibu, sikap ibu dan tindakan ibu termasuk dalam kategori baik. Uji statistik menunjukkan bahwa kepatuhan ibu dalam mengonsumsi tablet zat besi memiliki hubungan dengan variabel pengetahuan ibu dengan nilai $p < 0,05$ dan tindakan ibu dengan nilai $p < 0,05$. Sedangkan kepatuhan ibu hamil mengonsumsi tablet zat besi tidak memiliki hubungan dengan tingkat kejadian anemia dengan nilai $p > 0,05$. Upaya untuk mencegah tingkat kejadian anemia pada ibu hamil yaitu dengan dilakukannya pembinaan, penyuluhan pentingnya konsumsi tablet zat besi dan makanan yang bergizi selama kehamilan.

Kata Kunci: ibu hamil, anemia, zat besi

Pendahuluan

Anemia gizi besi pada ibu hamil masih merupakan salah satu masalah kesehatan di Indonesia karena prevalensinya cukup tinggi. Penyebab utama anemia ini adalah kekurangan zat besi (Fe). Selama kehamilan terjadi peningkatan kebutuhan zat besi hampir tiga kali lipat untuk pertumbuhan janin dan keperluan ibu hamil. (Departemen Kesehatan). Anemia dalam kehamilan memberikan pengaruh yang kurang baik bagi ibu, baik dalam kehamilan, persalinan, maupun dalam masa nifas. Berbagai penyebab dapat timbul akibat anemia seperti abortus, partus premature, partus lama, akibat insersi uteri, perdarahan post partum karena atonia uteri, syok, infeksi baik

intra partum maupun post partum. (Manuaba, 2002). Dalam mengatasi masalah anemia pada ibu hamil, Dinas Kesehatan Propinsi Banten mempunyai program suplementasi tablet zat besi yang biasa didapatkan di Puskesmas daerah. Tablet zat besi dapat menghindari anemia besi dan anemia asam folat. Pada ibu hamil dilakukan pemeriksaan *antenatal care* (ANC) yaitu pemeriksaan kehamilan untuk mengoptimalkan kesehatan mental dan fisik ibu hamil, sehingga mampu menghadapi persalinan, kala nifas, persiapan pemberian ASI dan kembalinya kesehatan reproduksi secara wajar. (Manuaba, 1998). Di Puskesmas Jawilan, ibu hamil selalu diberikan tablet zat besi setiap ANC

namun sebagian ibu hamil tidak patuh meminum tablet zat besi, karena pada beberapa ibu hamil zat besi bisa menyebabkan sembelit atau diare. Kebutuhan zat besi ibu selama kehamilan adalah 900 mg, diantaranya 300 mg untuk janin plasenta dan 500 mg untuk pertambahan eritrosit ibu, serta 100 mg untuk darah janin. Ibu hamil mengonsumsi tablet zat besi minimal 90 tablet selama hamil. Kebutuhan zat besi selama triwulan pertama relatif kecil, yaitu 0,8 mg perhari, namun meningkat dengan pesat selama triwulan kedua dan ketiga hingga 6,3 mg perhari. (Demaeyer, 1993). Sebagian dari peningkatan dapat dipenuhi oleh simpanan zat besi dan peningkatan aditif persentase zat besi yang diserap, tetapi bila konsumsi zat besi rendah atau tidak sama sekali, dan zat besi yang diserap dari makanan sangat sedikit, maka suplemen zat besi sangat dibutuhkan pada masa kehamilan. Konsumsi tablet zat besi dapat menimbulkan efek samping yang mengganggu sehingga orang cenderung tidak patuh. Penolakan tersebut sebenarnya berpangkal dari ketidaktahuan mereka bahwa selama kehamilan mereka memerlukan tambahan zat besi. (Ariaman, 2007). Ketidapatuhan ibu hamil meminum tablet zat besi dapat mencerminkan seberapa besar peluang untuk terkena anemia. Pemberian informasi tentang anemia akan menambah pengetahuan mereka tentang anemia, karena pengetahuan memegang peranan yang sangat penting sehingga ibu hamil patuh meminum tablet zat besi. Berdasarkan Profil Puskesmas Jawilan Kabupaten Serang (2011), selama periode Januari-November 2011 tingkat prevalensi anemia pada ibu hamil mencapai 75,6%. Karena banyaknya anemia pada ibu hamil, sehingga Dinas Kesehatan Kabupaten Serang melakukan kebijakan untuk memberikan tablet zat besi dari trimester pertama kehamilan berkaitan dengan 10 T, yaitu Timbang BB dan ukur TB, Ukur TD, Ukur TFU, Tentukan presentasi janin dan hitung DJJ, Skrining status imunisasi TT, Tablet

zat besi minimal 90 tablet selama kehamilan, Test Laboratorium, Tatalaksana Kasus, Temu wicara. Disamping itu, diadakannya kelas ibu hamil dan pemberian makanan tambahan ibu hamil berupa biskuit di masing-masing kecamatan, termasuk kecamatan Jawilan. Selain itu di jawilan sendiri, mempunyai 9 desa yang mana masing-masing desa mempunyai kelas ibu hamil. Di kelas tersebut, ibu hamil mendapatkan informasi mengenai kesehatan seputar kehamilan antara lain minum tablet zat besi. Simanjutak mengemukakan bahwa sekitar 70 % ibu hamil di Indonesia menderita anemia kekurangan gizi. Pada pengamatan lebih lanjut menunjukkan bahwa kebanyakan anemia yang diderita masyarakat adalah karena kekurangan zat besi yang diatasi melalui pemberian tablet zat besi secara teratur dan peningkatan gizi. (Manuaba, 1998 : 29). Tingginya kejadian anemia pada ibu hamil kemungkinan disebabkan faktor karakteristik ibu hamil seperti pendidikan, umur, sosial ekonomi yang secara tidak langsung mempengaruhi perilaku ibu hamil mematuhi anjuran petugas kesehatan dalam mengonsumsi tablet zat besi secara teratur. Untuk itu peneliti tertarik mengadakan penelitian yang berkaitan dengan hubungan kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet zat besi dengan kejadian anemia di Puskesmas Jawilan Kabupaten Serang tahun 2012.

Kehamilan

Pengertian Kehamilan

Kehamilan adalah kondisi dimana seorang wanita memiliki janin yang sedang tumbuh di dalam tubuhnya di dalam rahim. Sedangkan kehamilan menurut (BKKBN, 2004), Kehamilan adalah sebuah proses yang diawali dengan keluarnya sel telur yang matang pada saluran telur yang kemudian bertemu dengan sperma dan keduanya menyatu membentuk sel yang akan bertumbuh. Kehamilan adalah masa di mana seorang wanita membawa embrio atau fetus di dalam tubuhnya. (Wikipedia). Kehamilan pada manusia berkisar 40 minggu atau 9 bulan,

dihitung dari awal periode menstruasi terakhir sampai melahirkan. Kehamilan merupakan suatu proses reproduksi yang perlu perawatan khusus, agar dapat berlangsung dengan baik kehamilan mengandung kehidupan ibu maupun janin. Resiko kehamilan ini bervariasi, karena ibu hamil yang pada mulanya normal, secara tiba-tiba dapat menjadi berisiko tinggi. Faktor resiko pada ibu hamil seperti umur terlalu muda atau tua, banyak anak, dan beberapa faktor biologis lainnya adalah keadaan yang secara tidak langsung menambah resiko kesakitan dan kematian pada ibu hamil. Resiko tinggi adalah keadaan yang berbahaya dan mungkin menjadi penyebab langsung kematian ibu, misalnya pendarahan sebelum dan sesudah melahirkan.

Proses Terjadinya Kehamilan

Ketika seorang perempuan melakukan hubungan intim dengan seorang laki-laki maka bisa jadi perempuan tersebut akan hamil (Terjadinya kehamilan). Kehamilan terjadi ketika sel sperma yang masuk ke dalam rahim seorang perempuan membuahi sel telur yang telah matang. Seorang laki-laki rata-rata mengeluarkan air mani sebanyak 3 cc, dan setiap 1 cc air mani yang normal akan mengandung sekitar 100 juta hingga 120 juta buah sel sperma. Setelah air mani ini terpancar (ejakulasi) ke dalam pangkal saluran kelamin istri, jutaan sel sperma ini akan berlarian melintasi rongga rahim, saling berebut untuk mencapai sel telur matang yang ada pada saluran tuba di seberang rahim. Pada saat ovulasi, lapisan lendir di dalam serviks (leher rahim) menjadi lebih cair, sehingga sperma mudah menembus ke dalam rahim. Sperma bergerak dari alat kelamin sampai ke ujung tuba falopi yang berbentuk corong dalam waktu 5 menit. Sel yang melapisi tuba falopi mempermudah terjadinya pembuahan dan pembentukan zigot (sel telur yang telah dibuahi). Jika perempuan tersebut berada dalam masa subur, atau dengan kata lain terdapat sel telur yang matang, maka terjadilah pembuahan. Pada proses

pembuahan, hanya bagian kepala sperma yang menembus sel telur dan bersatu dengan inti sel telur. Bagian ekor yang merupakan alat gerak sperma akan melepaskan diri. Sel telur yang telah dibuahi akan mengalami pengerasan bagian luarnya. Ini menyebabkan sel telur hanya dapat dibuahi oleh satu sperma. Inti sel telur yang sudah dibuahi akan mengalami pembelahan menjadi dua bagian setelah 30 jam. 20 jam kemudian inti sel telur ini akan kembali membelah menjadi empat bagian. Tiga sampai empat hari setelah pembuahan, sel akan sampai di bagian uterus. Dalam jangka waktu satu minggu setelah perubahan, akan dihasilkan suatu massa sel yang berbentuk bola sebesar pentol jarum, yang disebut (blastocyt). Dalam proses selanjutnya, yaitu sekitar 5 hari berikutnya, blastosis akan menempel dan terimplantasi kedalam endometrium. Selama dua hingga empat minggu pertama perkembangan, blastosis mendapatkan asupan dari endometrium. Pada masa perkembangan ini, akan berbentuk plasenta. Plasenta merupakan organ berbentuk cakram yang mengandung pembuluh darah maternal (ibu) dan embrio. Melewati plasenta inilah, embrio akan mendapatkan nutrisi dari maternal. Melalui plasenta ini juga terjadi pertukaran gas-gas respirasi dan pembuangan limbah metabolisme embrio. Darah dari embrio mengalir ke plasenta melalui arteri tali pusat dan kembali melalui vena pusat dan melewati hati embrio. (www.bidanku.com).

Tanda dan Gejala Awal Kehamilan

Tanda dan gejala pada masing-masing wanita hamil berbeda-beda. Ada yang mengalami gejala-gejala kehamilan sejak awal, ada yang beberapa minggu kemudian, atau bahkan tidak memiliki gejala kehamilan dini. Namun, tanda yang pasti dari kehamilan adalah terlambatnya periode menstruasi. Selain itu didapatkan tanda-tanda lain yaitu :

- a. Nyeri atau payudara yang terasa membesar, keras, sensitif dengan sentuhan. Tanda ini muncul dalam waktu 1-2 minggu setelah konsepsi

(pembuahan). Dalam waktu 2 minggu setelah konsepsi, payudara seorang wanita hamil akan mengalami perubahan untuk persiapan produksi ASI yang dipengaruhi oleh hormon estrogen dan progesteron.

- b. Mual pagi hari (morning sickness) umum terjadi pada triwulan pertama. Meskipun disebut morning sickness, namun mual dan muntah dapat terjadi kapan saja selama kehamilan. Penyebab mual dan muntah ini adalah perubahan hormonal yang dapat memicu bagian dari otak yang mengontrol mual dan muntah. Gejala ini dialami oleh 75% wanita hamil.
- c. Mudah lelah, lemas, pusing, dan pingsan adalah gejala kehamilan yang disebabkan oleh pelebaran pembuluh darah dalam kehamilan atau kadar gula darah yang rendah.
- d. Sakit kepala pada umumnya muncul pada minggu ke-6 kehamilan yang disebabkan oleh peningkatan hormon.
- e. Konstipasi (sulit BAB) terjadi karena peningkatan hormon progesteron yang menyebabkan kontraksi usus menjadi lebih pelan dan makanan lebih lambat melalui saluran pencernaan.
- f. Perubahan emosi karena pengaruh hormon.
- g. Bercak perdarahan, terjadi ketika telur yang sudah dibuahi berimplantasi (melekat) ke dinding rahim sekitar 10-14 hari setelah fertilisasi (pembuahan). Tipe perdarahan umumnya sedikit, bercak bulat, berwarna lebih cerah dari darah haid, dan tidak berlangsung lama.

Trimester Kehamilan

Masa kehamilan dibagi ke dalam 3 trimester. Tiga fase ini memiliki perkembangan emosi dan fisik yang unik dan berbeda.

a. Trimester I (minggu 1-12)

Pada masa ini biasanya ibu hamil masih bertanya-tanya, apakah benar telah hamil? Tanda-tanda kehamilan awal seperti mual dan muntah karena perubahan hormon terjadi di trimester

ini. Perubahan kebiasaan seperti merokok, minum alkohol, harus dihentikan di masa ini. Mulailah minum susu khusus ibu hamil sejak awal kehamilan. Pelajari juga pantangan makanan dan minuman untuk ibu hamil muda.

b. Trimester II (minggu 13-28)

Mual dan muntah mulai menghilang. Bayi berkembang pesat pada masa ini dan mulai bergerak. Olahraga ringan, menjaga kebersihan dan diet ibu hamil diperlukan di masa ini.

c. Trimester III (minggu 29-kelahiran)

Tubuh ibu hamil makin terlihat membesar. Kadang ibu hamil harus berlatih menarik nafas dalam untuk memberikan oksigen yang cukup ke bayi. Ibu hamil perlu istirahat yang cukup, jangan berdiri lama-lama, dan jangan mengangkat barang berat pada masa ini. (www.dunia-ibu.org).

Suplemen Yang Dianjurkan Selama Kehamilan

- Asam folat yang dikonsumsi sebelum hamil dan selama kehamilan melindungi dari gangguan saraf pada janin (anensefali, spina bifida). Wanita hamil disarankan mengonsumsi asam folat 400 µg/hari selama 12 minggu kehamilan karena kebutuhan asam folat tidak dapat dipenuhi hanya dari makanan.
- Zat besi adalah komponen utama dari hemoglobin yang bekerja mengangkut oksigen di dalam darah. Selama kehamilan, suplai darah meningkat untuk memberikan gizi ke janin. Suplemen tablet zat besi yang dibutuhkan adalah 30-50 mg/hari dan disarankan pada wanita hamil dengan hemoglobin < 10-10,5 g/dl pada akhir kehamilan. Selain suplemen, tablet zat besi juga terkandung pada daging, telur, kacang, sayuran hijau, gandum, dan buah-buahan kering. Suplemen besi sebaiknya dikonsumsi diantara waktu makan dengan perut yang kosong atau diikuti jus jeruk untuk meningkatkan penyerapan.

Pemeriksaan Kehamilan (Antenatal care)

Antenatal care adalah cara penting untuk memonitor dan mendukung kesehatan ibu hamil normal dan mendeteksi ibu dengan kehamilan normal. Pelayanan antenatal atau yang sering disebut pemeriksaan kehamilan adalah pelayanan yang di berikan oleh tenaga profesional yaitu dokter spesialis, bidan, dokter umum. Untuk itu selama masa kehamilannya ibu hamil sebaiknya dianjurkan mengunjungi bidan atau dokter sedini mungkin semenjak ia merasa dirinya hamil untuk mendapatkan pelayanan asuhan antenatal. Bidan melakukan pemeriksaan klinis terhadap kondisi kehamilannya. Bidan memberi KIE (Komunikasi, Informasi, Edukasi) kepada ibu hamil, suami dan keluarganya tentang kondisi ibu hamil dan masalahnya. Perawatan yang diberikan kepada ibu hamil secara berkala dan teratur sangat penting, sebab merupakan upaya bersama antara petugas kesehatan dan ibu hamil, suami, keluarga dan masyarakat, mengenai:

- a. Aspek kesehatan dari ibu dan janin untuk menjaga kelangsungan kehamilan, pertumbuhan janin dalam kandungan, kelangsungan hidup ibu dan bayi setelah lahir.
- b. Aspek psikologi, agar dalam menghadapi kehamilan dan persalinannya ibu hamil mendapatkan rasa aman, tenang, terjamin dan terlindungi keselamatan diri dan bayinya.
- c. Aspek sosial ekonomi, ibu hamil dari keluarga miskin (gakin) pada umumnya tergolong dalam kelompok gizi kurang, anemia, penyakit menahun. Ibu resiko tinggi atau ibu dengan komplikasi persalinan dari keluarga miskin membutuhkan dukungan biaya dan transportasi untuk rujukan ke rumah sakit.

Kelas Ibu Hamil

Kelas ibu hamil adalah kelompok belajar ibu-ibu hamil dengan umur kehamilan antara 20 minggu s/d 32 minggu dengan jumlah peserta maksimal 10 orang. Di kelas ini ibu hamil akan belajar bersama, diskusi dan tukar

pengalaman tentang kesehatan ibu dan anak secara menyeluruh dan sistematis serta dapat dilaksanakan secara terjadwal dan berkesinambungan.(Depkes RI, 2009). Di kecamatan jawilan sendiri telah ada kelas ibu hamil di masing -masing desa sejak 1 tahun yang lalu. Kelas ibu hamil merupakan sarana untuk belajar bersama tentang kesehatan bagi ibu hamil, dalam bentuk tatap muka dalam kelompok yang bertujuan meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan ibu-ibu mengenai kehamilan, persalinan, perawatan nifas dan perawatan bayi baru lahir, mitos, penyakit menular dan akte kelahiran.(Depkes RI, 2009). Didalam kelas ibu hamil, terdapat juga senam ibu hamil.Akan tetapi senam hamil bukan merupakan suatu keharusan. Namun, dengan melakukan senam hamil banyak memberi manfaat dalam membantu kelancaran proses persalinan antara lain dapat melatih pernapasan dan relaksasi, menguatkan otot-otot panggul dan perut, serta melatih cara mengejan yang benar. Kesiapan ini merupakan bekal penting bagi calon ibu dalam menghadapi persalinan (Salmah, Rusmiati, Maryanah, dkk, 2006). Senam hamil dilakukan dengan tujuan membuat elastis otot dan ligamen yang ada di panggul, memperbaiki sikap tubuh, mengatur kontraksi dan relaksasi, serta mengatur teknik pernapasan. (Saminem,2008).

Tujuan lain senam hamil adalah memberi dorongan serta melatih jasmani dan rohani dari ibu secara bertahap agar ibu dapat menghadapi persalinan dengan tenang, sehingga proses persalinan dapat berjalan lancar dan mudah (Salmah, Rusmiati, Maryanah, dkk, 2006). Senam ibu hamil di instrukturi oleh bidan desa yang telah di latih oleh Dinas Kesehatan. Senam ibu hamil waktunya bersamaan dengan kelas ibu hamil, oleh karena itu jadwalnya sama yaitu satu bulan sekali . Senam ibu hamil hanya diikuti oleh ibu hamil trimester III yang usia kandungannya 7-9 bulan.

Konsumsi Zat Besi

Fungsi Zat Besi

Zat besi (Fe) merupakan mikro elemen yang esensial bagi tubuh, zat ini terutama diperlukan dalam hemopobesis (pembentukan darah), yaitu dalam sintesa hemoglobin Hb. Zat besi yang terdapat dalam semua sel tubuh berperan penting dalam berbagai reaksi biokimia, diantaranya dalam produksi sel darah merah. (Yati, 2010). Pada beberapa orang, pemberian tablet zat besi dapat menimbulkan gejala-gejala seperti mual, nyeri di daerah lambung, kadang-kadang terjadi diare dan sulit buang air besar (Depkes RI, 1999), pusing dan bau logam. (Hartono, 2000). Selain itu setelah mengonsumsi tablet zat besi kotoran (tinja) akan menjadi hitam, namun hal ini tidak membahayakan. Frekuensi efek samping tablet zat besi ini tergantung pada dosis zat besi dalam tablet, bukan pada bentuk campurannya. Semakin tinggi dosis yang diberikan maka kemungkinan efek samping semakin besar. Menurut penelitian yang dilakukan Hartono dan Endang tahun 2000, bahwa penambahan sorbitol kedalam tablet zat besi dapat menurunkan efek samping yang muncul akibat konsumsi tablet zat besi, yang sering menyebabkan ibu hamil menghentikan konsumsi tablet zat besi yaitu mual, pusing bau seperti logam.

Sumber Zat Besi

Ada 2 jenis zat besi dalam makanan, yaitu zat besi yang berasal dari hem dan non hem. Walaupun kandungan zat besi hem dalam makanan hanya antara 5-10%, tetapi penyerapannya mencapai 25% dibandingkan dengan zat besi non hem yang penyerapannya hanya 5%. Makanan hewani seperti daging, ikan, dan ayam merupakan sumber utama zat besi hem. Zat besi yang berasal dari hem merupakan penyusun hemoglobin. Zat besi non hem terdapat dalam pangan nabati, seperti sayur-sayuran, biji-bijian, kacang-kacangan dan buah-buahan.

Disamping sumber besi, perlu diperhatikan kualitas besi di dalam makanan, dinamakan juga ketersediaan biologik (bioavailability). Pada umumnya

besi di dalam daging, ayam, dan ikan mempunyai ketersediaan biologik tinggi, besi di dalam sereal dan kacang-kacangan mempunyai ketersediaan biologik sedang, dan besi di dalam sebagian besar sayuran, terutama yang mengandung asam oksalat tinggi, seperti bayam mempunyai ketersediaan biologik rendah. Sebaiknya diperhatikan kombinasi makanan sehari-hari, yang terdiri atas campuran sumber besi berasal dari hewan dan tumbuh-tumbuhan serta sumber gizi lain yang dapat membantu absorpsi. (Almatsier, 2004).

Asupan zat besi selain dari makanan adalah melalui suplemen tablet zat besi. Suplemen ini biasanya diberikan pada golongan rawan kurang zat besi, yaitu balita, anak sekolah, wanita usia subur, dan ibu hamil. Pemberian suplemen tablet zat besi pada golongan tersebut dilakukan karena kebutuhannya akan zat besi yang sangat besar, sedangkan asupan dari makanan saja tidak dapat mencukupi kebutuhan tersebut.

Kebutuhan Zat Besi Pada Ibu Hamil

Wanita memerlukan zat besi lebih tinggi dari laki-laki karena terjadi menstruasi dengan perdarahan sebanyak 50 sampai 80 CC setiap bulan dan kehilangan zat besi 30 sampai 40 mg. Disamping itu kehamilan memerlukan tambahan zat besi untuk meningkatkan jumlah sel darah merah janin dan plasenta. Makin sering seorang wanita mengalami kehamilan dan melahirkan akan makin banyak kehilangan zat besi dan akan menjadi anemia. Zat besi penting untuk mengkompensasi peningkatan volume darah yang terjadi selama kehamilan, dan untuk memastikan pertumbuhan dan perkembangan janin yang adekuat. Kebutuhan zat besi meningkat selama kehamilan, seiring dengan pertumbuhan janin. Ibu hamil dapat memenuhi kebutuhan zat besinya yang meningkat selama kehamilan dengan meminum tablet zat besi dan dengan memastikan bahwa ibu hamil makan dengan cukup dan seimbang. Pada setiap kehamilan kebutuhan zat besi yang diperlukan

sebanyak 900 mg zat besi yaitu diantaranya 300 mg untuk janin plasenta dan 500 mg untuk pertambahan eritrosit ibu, serta 100 mg untuk darah janin. Jika persediaan cadangan zat besi minimal, maka setiap kehamilan menguras persediaan zat besi tubuh dan akhirnya akan menimbulkan anemia pada kehamilan. Kebutuhan zat besi selama triwulan pertama relatif kecil, yaitu 0,8 mg perhari, namun meningkat dengan pesat selama triwulan kedua dan ketiga hingga 6,3 mg perhari. Sebagian dari peningkatan dapat dipenuhi oleh simpanan zat besi dan peningkatan aditif persentase zat besi yang diserap, tetapi bila konsumsi zat besi rendah atau tidak sama sekali, dan zat besi yang diserap dari makanan sangat sedikit, maka suplemen zat besi sangat dibutuhkan pada masa kehamilan.

Akibat Kekurangan Zat Besi pada Masa Kehamilan

Kekurangan zat besi disebabkan oleh kekurangan zat gizi yang berperan dalam pembentukan hemoglobin, baik karena kekurangan konsumsi atau karena gangguan absorpsi. Zat gizi yang bersangkutan adalah besi, protein, piridoksin (B6) yang berperan sebagai katalisator dalam sintesis hem di dalam molekul hemoglobin, vitamin C yang mempengaruhi absorpsi dan pelepasan besi dari transferin ke dalam jaringan tubuh, dan vitamin E yang mempengaruhi stabilitas membran sel darah merah.

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 hb. Ciri-ciri dan tanda-tanda gejala anemia tidak khas dan sulit ditentukan, tetapi dapat terlihat dari kulit dan konjungtiva yang pucat, lemah, nafas pendek dan nafsu makan hilang. Penentuan anemia klinis dipengaruhi oleh banyak variabel seperti ketebalan kulit dan pigmentasi, yang tidak dapat

diandalkan, kecuali pada anemia berat. Oleh karena itu, pemeriksaan laboratorium sebaiknya digunakan untuk mendiagnosa dan menentukan beratnya anemia.

5. Upaya Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Zat Besi Pada Ibu Hamil

Upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah dan menanggulangi kurang zat besi pada ibu hamil menurut Departemen Kesehatan adalah:

- a. Meningkatkan konsumsi zat besi dari sumber alami, terutama makanan sumber hewani (hem iron) yang mudah diserap seperti hati, daging, ikan. Selain itu perlu ditingkatkan juga, makanan yang banyak mengandung Vitamin C dan Vitamin A (buah-buahan dan sayuran) untuk membantu penyerapan zat besi dan membantu proses pembentukan Hb.
- b. Fortifikasi bahan makanan yaitu menambahkan zat besi, asam folat, vitamin A dan asam amino esensial pada bahan makanan yang dimakan secara luas oleh kelompok sasaran. Penambahan zat besi ini umumnya dilakukan pada bahan makanan hasil produksi industri pangan.
- c. Suplementasi besi-folat secara rutin selama jangka waktu tertentu, bertujuan untuk meningkatkan kadar Hb secara cepat. Dengan demikian suplementasi zat besi hanya merupakan salah satu upaya pencegahan dan penanggulangan kurang zat besi yang perlu diikuti dengan cara lainnya.

Faktor - faktor yang mempengaruhi penyerapan zat besi

Diperkirakan hanya 5-15% besi makanan diabsorpsi oleh orang dewasa yang berada dalam status besi baik. Dalam keadaan defisiensi besi absorpsi dapat mencapai 50% banyak faktor berpengaruh terhadap absorpsi besi.

- a. Besi hem, yang merupakan bagian dari hemoglobin dan mioglobin yang terdapat di dalam daging hewan dapat diserap dua kali lipat daripada besi

non-hem. Kurang lebih 40% dari besi di dalam daging, ayam dan ikan terdapat sebagai besi hem dan selebihnya sebagai non hem. Besi non-hem terdapat di dalam telur, sereal, kacang-kacangan, sayuran hijau dan beberapa jenis buah-buahan.

- b. Asam organik, seperti vitamin C sangat membantu penyerapan besi-non hem dengan merubah bentuk feri menjadi bentuk fero. Vitamin C di samping itu membentuk gugus besi-askorbat yang tetap larut pada ph lebih tinggi dalam duodenum.

Beberapa banyak zat besi yang diserap seorang wanita dari hidangan, tidak sama dengan jumlah yang terdapat dalam makanan. Ia tergantung pada jenis zat besi dalam makanan serta zat-zat makanan lainnya yang mempengaruhi penyerapan zat besi. Penyerapan zat besi yang terkandung dalam makanan dipengaruhi oleh jumlah dan zat kimianya serta faktor-faktor lain yang membantu dan menghambat penyerapan. Selain hal tersebut faktor lainnya adalah kondisi kesehatan dan status zat besi orang tersebut. Berikut ini tabel yang mengenai faktor yang menentukan penyerapan zat besi. (Anthony Tan, 1996).

Tabel 1
Faktor-faktor yang membantu penyerapan zat besi

No	Faktor – faktor makanan	Faktor-faktor pejamu (hospes)	Zat
1	Faktor – faktor makanan penyerapan zat besi bukan hem x Asam askorbat (vitamin C) x Daging, unggas, ikan dan makanan laut lainnya x Ph rendah (mis: asam laktat)	Status besi	
2	Faktor – faktor yang menghambat penyerapan zat besi bukan hem x Fitat x Polifenol	Satus Kesehatan	

Suplementasi Zat Besi Pada Ibu Hamil
Pengertian Suplementasi Tablet Zat Besi

Suplementasi tablet zat besi adalah zat besi yang berbentuk tablet. Tiap tablet mengandung 60 mg besi elemental dan

0,25 mg asam folat, yang diberikan oleh pemerintah pada ibu hamil untuk mengatasi masalah anemia gizi besi.(Departemen Kesehatan). Pemberian suplementasi zat besi menguntungkan karena dapat memperbaiki status Hb dalam tubuh dalam waktu relatif singkat. Sampai sekarang cara ini masih merupakan salah satu cara yang dilakukan pada ibu hamil dan kelompok yang beresiko tinggi lainnya. Di Indonesia tablet besi yang digunakan Ferrous Sulfat, senyawa ini tergolong murah dan dapat diabsorpsi sampai 20%. (Wirakusumah).

Dosis dan Cara Pemberian Tablet Zat Besi Pada Ibu Hamil

Menurut Depkes RI (1999), tablet zat besi diberikan pada ibu hamil sesuai dengan dosis dan cara yang ditentukan yaitu:

- a. Dosis pencegahan, diberikan pada kelompok sasaran tanpa pemeriksaan Hb, yaitu sehari 1 tablet (60 mg besi elemental dan 0.25 mg asam folat) berturut-turut selama minimal 90 hari masa kehamilan mulai pemberian pada waktu pertama kali ibu hamil memeriksakan kehamilannya (K1).
- b. Dosis pengobatan, diberikan pada sasaran (Hb dari batas ambang) yaitu bila kadar Hb 11 gr% pemberian menjadi 3 tablet sehari selama 90 hari kehamilan.

Tabel 2
Angka Kecukupan Gizi Ibu Hamil 2004 bagi orang Dewasa

No	Kelompok Umur Wanita	Energi (Kkal)	Protein (g)	Zat Besi (mg)
1.	10-12 tahun	2050	50	20
2.	13-15 tahun	2350	57	26
3.	16-18 tahun	2200	50	26
4.	19-29 tahun	1900	50	26
5.	30-49 tahun	1800	50	26
6.	50-64 tahun	1750	50	12
7.	+65 tahun	1600	50	12
Penambahan Hamil				
8.	Trimester 1	+180	+17	
9.	Trimester 2	+300	+17	
10.	Trimester 3	+300	+17	

Sumber: (Persagi, 2009)

Anemia Pada Ibu Hamil

Definisi

Anemia dalam kehamilan adalah kondisi ibu dengan kadar hemoglobin di bawah 11 gr% pada trimester I dan III atau kadar hemoglobin < 10,5 gr% pada trimester II. (Depkes RI, 2009). Anemia adalah kondisi dimana sel darah merah menurun atau menurunnya hemoglobin, sehingga kapasitas daya angkut oksigen untuk kebutuhan organ-organ vital pada ibu dan janin menjadi berkurang. Hemoglobin (Hb) yaitu komponen sel darah merah yang berfungsi menyalurkan oksigen ke seluruh tubuh, jika Hb berkurang, jaringan tubuh kekurangan oksigen. Oksigen diperlukan tubuh untuk bahan bakar proses metabolisme. Hb merupakan komponen utama eritrosit yang berfungsi membawa oksigen dan karbondioksida. Anemia Defisiensi besi adalah anemia yang terjadi akibat kekurangan zat besi dalam darah, artinya konsentrasi hemoglobin dalam darah berkurang karena terganggunya pembentukan sel-sel darah merah akibat kurangnya kadar zat besi dalam darah. Jika simpanan zat besi dalam tubuh seseorang sudah sangat rendah berarti orang tersebut mendekati anemia walaupun belum ditemukan gejala-gejala fisiologis. Simpanan zat besi yang sangat rendah lambat laun tidak akan cukup untuk membentuk sel-sel darah merah di dalam sumsum tulang sehingga kadar hemoglobin terus menurun di bawah batas normal, keadaan inilah yang disebut anemia gizi besi. (Masrizal, 2007). Defisiensi besi merupakan penyebab utama anemia. Wanita usia subur sering mengalami anemia, karena kehilangan darah sewaktu menstruasi dan peningkatan kebutuhan besi sewaktu hamil.

Penyebab anemia pada ibu hamil

Penyebab anemia umumnya adalah kurang gizi, kurang zat besi, kehilangan darah saat persalinan yang lalu, dan penyakit - penyakit kronik. (Mochtar, 2004). Dalam kehamilan penurunan kadar hemoglobin yang dijumpai selama kehamilan disebabkan oleh karena dalam kehamilan keperluan zat makanan

bertambah dan terjadinya perubahan-perubahan dalam darah. Penambahan volume plasma yang relatif lebih besar daripada penambahan massa hemoglobin dan volume sel darah merah. Selama hamil volume darah meningkat 50 % dari 4 L ke 6 L, volume plasma meningkat sedikit menyebabkan penurunan konsentrasi Hb dan nilai hematokrit. Penurunan ini lebih kecil pada ibu hamil yang mengonsumsi zat besi. Kenaikan volume darah berfungsi untuk memenuhi kebutuhan perfusi dari uteroplasenta. Ketidakseimbangan antara kecepatan penambahan plasma dan penambahan eritrosit ke dalam sirkulasi ibu biasanya memuncak pada trimester kedua. (Smith et al., 2010).

Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Zat Besi Pada Ibu Hamil

Menurut Bart (1994) mengutip dari Sackett bahwa mendefinisikan kepatuhan pasien sejauh mana perilaku individu sesuai dengan ketentuan yang diberikan oleh profesional kesehatan. Kepatuhan sulit diukur karena tergantung pada banyak faktor, diantaranya pasien seringkali tidak mengakui bahwa mereka tidak melakukan apa yang dianjurkan dokter. Untuk itu diperlukan pendekatan yang baik dengan pasien agar dapat mengetahui kepatuhan mereka dalam melakukan pengobatan tersebut. Bart (1994) mengutip pendapat Taylor, ketidakpatuhan sebagai suatu masalah medis yang berat. Derajat ketidak patuhan bervariasi sesuai dengan apakah pengobatan tersebut kuratif atau preventif jangka panjang atau jangka pendek. Menurut Nivven (2002) yang mengutip pendapat dari Dinicola dan Dimatteo bahwa cara meningkatkan kepatuhan diantaranya melalui perilaku sehat dan pengontrolan perilaku dengan faktor kognitif, dukungan sosial dalam bentuk dukungan emosional dari anggota keluarga lainnya, teman, waktu dan uang, merupakan faktor yang penting dalam kepatuhan terhadap pelaksanaan program-program medis dan tentunya ada juga dukungan dari profesional kesehatan. Tablet zat besi

sebagai suplemen yang diberikan pada ibu hamil menurut aturan harus dikonsumsi setiap hari. Namun karena berbagai alasan misalnya pengetahuan, sikap dan tindakan ibu hamil yang kurang baik, efek samping tablet yang ditimbulkan tablet tersebut dapat memicu seseorang untuk kurang mematuhi konsumsi tablet zat besi secara benar sehingga tujuan dari pemberian tablet tersebut tidak tercapai.

Pengetahuan

Pengetahuan merupakan suatu bukti seseorang melalui pengingatan atau pengenalan suatu informasi, ide atau fenomena yang telah diperoleh sebelumnya. Berikut adalah beberapa pengertian pengetahuan.

- a. Menurut Notoatmodjo (2003), pengetahuan adalah merupakan hasil dari "tahu", dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba.
- b. Menurut Ancok (2002) bahwa hubungan antara pengetahuan, sikap, niat dan perilaku akan mempengaruhi keikutsertaan seseorang dalam suatu aktifitas tertentu. Adanya pengetahuan terhadap manfaat sesuatu hal, akan menyebabkan orang mempunyai sikap yang positif terhadap hal tersebut. Pengetahuan bersikap segi positif dan negative, bila sesuatu kegiatan dianggap lebih banyak segi positifnya, maka kemungkinan besar seseorang akan mengikuti kegiatan tersebut.
- c. Sedangkan Pluto mengemukakan bahwa pengetahuan terbagi menjadi alam non alamiah, yaitu pengetahuan ideal abadi yang bersifat transenden, tidak berubah, sempurna, dan hasil tangkapan akal budi, serta alam alamiah yaitu pengetahuan particular biasa yang temporal, berubah, tidak stabil, tidak dapat dimengerti, tidak pasti dan hasil tangkapan indra

Pengetahuan pada dasarnya terdiri dari sejumlah fakta dan teori yang memungkinkan seseorang dapat memecahkan masalah yang dihadapinya. Pengetahuan tersebut diperoleh baik dari pengalaman langsung maupun melalui pengalaman orang lain. Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara yang menanyakan sesuatu yang ingin diukur tentang pengetahuan dari subjek penelitian (Notoatmodjo, 2003). Untuk mengukur pengetahuan ibu hamil tentang zat besi maka perlu diketahui pengertiannya tentang kehamilan, manfaat dari sumber zat besi, akibat kekurangan zat besi, suplementasi zat besi serta cara mengkonsumsinya. Menurut Notoatmodjo (2003), pengetahuan mempunyai tingkatan sebagai berikut:

- a. Tahu (Know) diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya, termasuk didalamnya mengingat kembali suatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang diterima. Tahu merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah.
- b. Memahami (Comprehension) adalah suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui, dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar.
- c. Aplikasi (Aplication) diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi dan kondisi real (sebenarnya).
- d. Analisis (Analysis) adalah kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen, tetapi masih ada dalam suatu organisasi tersebut, dan masih ada kaitannya satu sama lain.
- e. Sintesis (synthesis) adalah kemampuan meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian didalam suatu bentuk keseluruhan yang baru atau kemampuan untuk menyusun informasi dari informasi yang ada.
- f. Evaluasi (Evaluation) adalah kemampuan untuk melakukan

penelitian terhadap suatu materi atau objek.

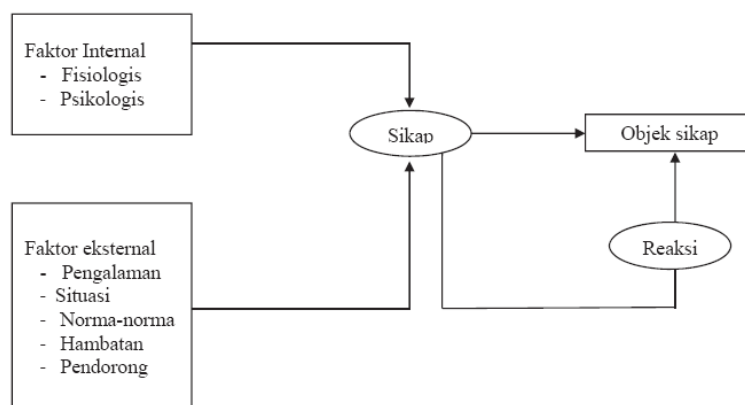
Sikap

Sikap adalah reaksi atau respon seseorang yang masih tertutup terhadap suatu stimulus atau objek Notoatmodjo (2003). Menurut Sarwono, yang dikemukakan oleh Zanna dan Rempel merumuskan sikap yaitu reaksi evaluative yang disukai atau tidak disukai terhadap sesuatu atau seseorang menunjukkan kepercayaan, perasaan atau kecendrungan perilaku seseorang. Sedangkan menurut Prof. Dr. Bimo Walgito, sikap merupakan masalah yang penting dan menarik dalam lapangan psikologi, khususnya psikologi sosial. Dengan perkataan lain dapat dikatakan bahwa sikap adalah tanggapan atau persepsi seseorang terhadap apa yang diketahuinya. Jadi sikap tidak dapat langsung dilihat secara nyata, tetapi hanya dapat ditafsirkan sebagai perilaku yang tertutup. Sikap belum merupakan suatu tindakan atau aktifitas, tetapi merupakan predisposisi tindakan. (Walgito, 2003). Sikap yang ada pada seseorang akan memberikan warna atau corak pada perilaku atau perbuatan orang yang bersangkutan. Dengan mengetahui sikap seseorang orang dapat menduga bagaimana respons atau perilaku yang akan diambil oleh orang yang bersangkutan, terhadap sesuatu masalah atau keadaan yang dihadapkan kepadanya. Jadi dengan mengetahui sikap seseorang, orang akan mendapatkan gambaran kemungkinan perilaku yang timbul dari orang yang

bersangkutan. sikap terdiri atas 3 komponen pokok yaitu:

- Kepercayaan (keyakinan), ide dan konsep terhadap suatu objek yaitu komponen yang berkaitan dengan pengetahuan, pandangan, keyakinan yaitu yang berhubungan dengan bagaimana orang mempersepsi objek suatu sikap.
- Kehidupan emosional atau evaluasi emosional terhadap suatu objek yaitu komponen yang berhubungan dengan rasa senang atau tidak senang terhadap suatu objek sikap.
- Kecenderungan untuk bertindak (trend to behave). Yaitu komponen yang berhubungan dengan kecenderungan bertindak terhadap suatu objek sikap.

Ketiga komponen ini secara bersama-sama membentuk sikap yang utuh (total attitude). Dalam penentuan sikap yang utuh ini pengetahuan berpikir, keyakinan, dan emosi memegang peranan penting. Sikap mempunyai cirri-ciri yaitu, sikap itu tidak dibawa sejak lahir, sikap itu selalu berhubungan dengan objek sikap, sikap dapat tertuju pada satu objek saja, tetapi juga dapat tertuju pada sekumpulan objek-objek, sikap itu dapat berlangsung lama atau sebentar, sikap itu mengandung faktor perasaan dan motivasi. Sikap tidak dibawa sejak dilahirkan, tetapi dibentuk sepanjang perkembangan individu yang bersangkutan. Untuk dapat menjelaskan bagaimana terbentuknya sikap akan dapat jelas diikuti pada bagan sikap berikut ini.



Gambar 1
Bagan Terbentuknya Sikap

Dari bagan tersebut dapat dikemukakan bahwa sikap yang ada pada diri seseorang akan dipengaruhi oleh faktor internal, yaitu faktor fisiologis dan psikologis, serta faktor eksternal. Faktor eksternal dapat berwujud situasi yang dihadapi oleh individu, norma-norma yang ada dalam masyarakat, hambatan-hambatan atau pendorong-pendorong yang ada dalam masyarakat. Semuanya akan berpengaruh pada sikap yang ada pada diri seseorang. (Walgito, 2003).

Tindakan

Tindakan adalah realisasi dari pengetahuan dan sikap menjadi suatu perbuatan nyata. Tindakan juga merupakan respon seseorang terhadap stimulus dalam bentuk nyata atau terbuka. (Notoatmodjo, 2003). Respon terhadap stimulus tersebut sudah jelas dalam bentuk tindakan atau praktek (practice), yang dengan mudah dapat diamati atau dilihat oleh orang lain. Oleh karena itu disebut juga over behavior.

Empat tingkatan tindakan adalah:

- a. Persepsi (Perception)
Mengenal dan memiliki berbagai objek sehubungan dengan tindakan yang diambil.
- b. Respon Terpimpin (Guided Response)
Dapat melakukan sesuatu sesuai dengan urutan yang benar.
- c. Mekanisme (Mechanism)
Apabila seseorang telah dapat melakukan sesuatu dengan benar secara otomatis atau sesuatu itu merupakan kebiasaan.
- d. Adaptasi (Adaptation)
Adalah suatu praktek atau tindakan yang sudah berkembang dengan baik, artinya tindakan itu sudah dimodifikasi tanpa mengurangi kebenaran tindakan tersebut.

Umur ibu

Umur mempunyai pengaruh terhadap kehamilan dan persalinan ibu. Usia yang kemungkinan tidak resiko tinggi pada saat kehamilan dan persalinan yaitu umur 20-35 tahun, karena pada usia tersebut rahim sudah siap menerima kehamilan, mental sudah matang dan sudah mampu merawat bayi

dan dirinya. Pada kelompok umur menurut Departemen Kesehatan RI (2001), kelompok umur < 20 tahun dan > 35 tahun merupakan umur yang resiko tinggi terhadap kehamilan dan persalinan. Dengan demikian diketahui bahwa umur ibu pada saat melahirkan turut berpengaruh terhadap morbiditas dan mortalitas ibu maupun anak yang dilahirkan. Ibu yang berumur kurang dari 20 tahun rahim dan bagian tubuh lainnya belum siap untuk menerima kehamilan dan cenderung kurang perhatian terhadap kehamilannya. Ibu yang berumur 20-35 tahun rahim dan bagian tubuh lainnya sudah siap untuk menerima dan diharapkan untuk memerhatikan kehamilannya. Ibu yang berumur lebih dari 35 tahun rahim dan bagian tubuh lainnya fungsinya sudah menurun dan kesehatan tubuh ibu tidak sebaik saat berumur 20-35 tahun. Di usia berapapun ibu melahirkan, sebaiknya tetap minum tablet zat besi untuk mencegah terjadinya pendarahan pada saat persalinan. Karena bukannya tidak mungkin kekurangan zat besi bisa saja terjadi di usia berapa saja.

Pendidikan Ibu

Tingkat pendidikan sangat mempengaruhi bagaimana seseorang untuk bertindak dan mencari penyebab serta solusi dalam hidupnya. Pendidikan yang rendah berpengaruh terhadap pengetahuan yang dimiliki ibu. Menurut Rosyan (1994), pendidikan rendah merupakan salah satu faktor yang bisa meningkatkan angka kejadian anemia pada ibu hamil. Orang yang berpendidikan tinggi biasanya akan bertindak lebih rasional. Oleh karena itu orang yang berpendidikan akan lebih mudah menerima gagasan baru. Demikian halnya dengan ibu yang berpendidikan tinggi akan minum tablet zat besi selama kehamilannya secara teratur demi menjaga keadaan kesehatan dirinya dan anak dalam kandungannya. Didalam pendidikan terjadi proses pertumbuhan, perkembangan atau perubahan kearah yang lebih baik dari diri individu. Agustina (2000) menyatakan bahwa faktor-faktor yang tidak mencukupi

kebutuhan tubuh yang dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan dan pendidikan tentang kesehatan mengakibatkan ibu tidak merasa perlu untuk meminta pertolongan medis atau mendatangi pusat-pusat pelayanan kesehatan yang tersedia. Pengetahuan sangat berhubungan dengan pendidikan, sedangkan pendidikan merupakan salah satu kebutuhan dasar manusia yang sangat diperlukan untuk mengembangkan diri, semakin tinggi tingkat pendidikan semakin mudah menerima serta mengembangkan pengetahuan dan teknologi, semakin meningkat kesejahteraan keluarga. (Agustina, 2000).

Pekerjaan ibu

Bila seorang ibu ikut membantu penghasilan dalam rumah tangga maka pada saat hamil mereka lebih banyak mengeluarkan tenaga dan pikiran maka efeknya dapat berpengaruh pada kehamilan. Pekerjaan sangat menentukan terhadap seseorang untuk berbuat sesuatu kegiatan. Pekerjaan yang dimaksud adalah pekerjaan ibu. Dengan banyak kesibukan maka ibu kadang-kadang lupa untuk melakukan minum tablet zat besi tepat waktu. Namun pekerjaan bukanlah penghambat dalam bertindak, bila ada kemauan ataupun ibu memiliki pengetahuan yang baik terhadap kesehatan, maka ia akan meminum tablet zat besi secara teratur.

Daya Beli

Pendapatan merupakan faktor yang paling menentukan kuantitas maupun kualitas makanan sehingga ada hubungan yang erat antara pendapatan dengan kepatuhan mengonsumsi tablet zat besi pada ibu hamil. Pendapatan yang kurang dapat mempengaruhi daya beli ibu hamil dalam membeli bahan makanan yang dibutuhkan selama kehamilan, Hal ini berdampak pada asupan makan yang kurang dan berisiko terjadinya anemia gizi selama kehamilan.

Asupan Makanan

Kehamilan menyebabkan meningkatnya metabolisme energi, karena itu

kebutuhan energi dan zat gizi lainnya meningkat selama kehamilan. Peningkatan energi dan zat gizi tersebut diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan janin, penambahan besarnya organ kandungan, perubahan komposisi dan metabolisme tubuh ibu. Kekurangan zat gizi tertentu yang diperlukan pada saat hamil dapat menyebabkan janin tumbuh tidak sempurna. (Zulhaida Lubis, 2003).

Pelayanan Kesehatan

Suplementasi tablet besi merupakan cara yang paling efektif untuk meningkatkan kadar zat besi dalam jangka pendek. Suplementasi biasanya ditujukan pada golongan yang rawan mengalami anemia zat besi seperti ibu hamil dan ibu menyusui. Di Indonesia, pemerintah melakukan program suplementasi gratis pada ibu hamil melalui Puskesmas dan Posyandu, dengan menggunakan tablet zat besi (mengandung 60 mg elemental besi dan 0,25 mg asam folat). Kendala utama dari efektifitas metoda ini adalah dibutuhkan biaya yang cukup tinggi dan perlu motivasi yang berkelanjutan dalam mengonsumsi suplemen.

Fisiologis

Anemia zat besi disebabkan oleh beberapa hal antara lain hipervolemia yang terjadi saat kehamilan. Pada wanita hamil saat volume darah meningkat 1,5 liter. Peningkatan volume tersebut terutama terjadi peningkatan plasma bukan peningkatan jumlah sel eritrosit. Walaupun ada peningkatan jumlah eritrosit dalam sirkulasi yaitu 450 ml atau 33%, tetapi tidak seimbang dengan peningkatan volume plasma sehingga terjadi hemodilusi. Pada awalnya, volume plasma meningkat pesat dari usia gestasi 6 minggu, kemudian laju peningkatan melambat. Sementara eritrosit mulai meningkat pada trimester kedua dan lajunya memuncak pada trimester ketiga. Hipervolemia yang diinduksi oleh kehamilan mempunyai beberapa fungsi penting antara lain : mengisi ruang vaskular di uterus, jaringan pembuluh di payudara, otot, ginjal dan kulit. Hipervolemia juga

mengurangi efek pengeluaran hemoglobin pada persalinan. Penurunan kekentalan darah memperkecil resistensi terhadap aliran sehingga kerja jantung untuk mendorong darah menjadi lebih ringan. Faktor lain dari penyebab anemia zat besi adalah meningkatnya kebutuhan zat besi ibu hamil. Kebutuhan ibu hamil akan zat besi sebesar 900 mg Fe, pada trimester dua (puncaknya usia kehamilan 32 sampai 34 minggu) akan terjadi hemodilusi (pengenceran darah) pada ibu hamil sehingga hemoglobin akan mengalami penurunan, mengakibatkan anemia kehamilan fisiologis. (Budiarti, 2009).

Penyakit Infeksi

Mengingat dampak anemia dapat menurunkan kualitas sumber daya manusia Indonesia, maka perlu penanganan segera. Upaya pencegahan dan penanggulangan anemia pada dasarnya adalah mengatasi penyebabnya. Pada anemia berat (kadar Hb < 8 gr %) biasanya ada penyakit yang melatarbelakangi yaitu antara lain penyakit TBC, infeksi cacing atau malaria, sehingga selain penanggulangan pada anemianya harus dilakukan pengobatan terhadap penyakit-penyakit tersebut.

Metode Penelitian

Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif analitik dengan pendekatan crosssectional dimana pada saat bersamaan dilakukan pengukuran terhadap variabel independen (ibu hamil), variabel dependen (anemia) dilakukan dengan membagikan kuesioner dan wawancara.

Populasi Dan Sampel

Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu hamil yang berada di wilayah kecamatan Jawilan.

Sampel

Sampel adalah bagian dari populasi yang akan diteliti dengan kriteria:

1. Bersedia menjadi sampel
2. Ibu hamil trimester II
3. Ibu hamil yang memperoleh tablet zat besi
4. Ibu hamil yang berada di wilayah kecamatan jawilan

Pada penelitian ini jumlah sampel yang akan diambil berdasarkan rumus perkiraan besaran sampel. Rumus pengambilan sampel yaitu:

$$N = 1 + \frac{N}{(d)^2}$$

Keterangan:

N : jumlah populasi

D : tingkat signifikansi

N : jumlah sampel

jumlah sampel yang diambil dalam penelitian ini yaitu: $\frac{N}{d}$

$$n = 1 + \frac{N}{(d)^2}$$

$$n = 1 + \frac{50}{(0,05)^2}$$

$$n = 1 + \frac{50}{(0,025)^2}$$

$$n = 1 + \frac{50}{0,125}$$

$$n = 1 + \frac{50}{1,125}$$

$$n = \frac{50}{1,125}$$

n = 44 sampel

jadi jumlah sampel adalah 44 ibu hamil.

Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah menggunakan kuesioner dengan metode wawancara untuk mengetahui kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet zat besi, yang terkait analisis hubungan antara variabel independen dan variabel dependen.

Variabel Independen

Definisi Konseptual Pengetahuan

Pengetahuan ibu hamil adalah segala sesuatu yang dimiliki seseorang ibu hamil melalui proses belajar, pengalaman, panca indera, rasa dan raba.

Definisi Operasional Pengetahuan

Pengetahuan ibu hamil adalah skor yang diperoleh dan penjumlahan skor jawaban dari pertanyaan yang dibuat untuk mengukur pengetahuan ibu hamil, yaitu dengan menggunakan alat ukur kuesioner.

Tabel 3
Kisi-kisi instrument penelitian variabel independen

Variabel	Dimensi	item		skala
		(+)	(-)	
Pengetahuan	Pengertian zat besi	1		interval
	Fungsi zat besi	2		
	Yang mendapat zat besi	3		
	Akibat tidak minum zat besi	4		
	Jumlah zat besi selama kehamilan	5		
	Yang harus diperhatikan minum zat besi	6		
	Anjuran minum zat besi dalam sehari	7		
	Anjuran minum zat besi pada usia kehamilan	8		
	Ibu hamil membutuhkan zat besi pada usia kehamilan	9		
	Mendapatkan zat besi	10		

Variabel terdiri dari 10 pertanyaan yang harus dijawab oleh responden. Responden memilih jawaban yang paling sesuai dengan keadaan saat itu. Dimana jika benar, maka akan ber skor 4 dan jika salah akan diberi skor 1. Dengan kriteria penilaian sebagai berikut: Dikatakan baik apabila jumlah skor rata-rata 27-40 Dikatakan cukup apabila jumlah skor rata-rata 14-26 Dikatakan kurang apabila jumlah skor rata-rata 8-13 (Sumber: Nursariningsih, 2008).

Definisi Konseptual Sikap

Sikap merupakan reaksi atau respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap stimulus atau objek.

Definisi Operasional Sikap

Sikap merupakan kesiapan atau kesediaan untuk bertindak dan bukan merupakan pelaksanaan motif tertentu. Skor yang diperoleh dan penjumlahan skor jawaban dari pertanyaan yang dibuat untuk mengukur sikap ibu hamil, yaitu dengan menggunakan alat ukur kuesioner.

Tabel 4
Kisi - kisi instrument penelitian variabel Independen

Variabe	Dimensi	Item		skala
		Sikap Ibu	Sikap hamil	
1	Sikap Ibu	(+)	(-)	Interval
Sikap hamil		1,2,3,5,6,7,8	4,9,10	

Variabel terdiri dari 10 pertanyaan yang harus dijawab oleh responden. Responden memilih jawaban yang sesuai dengan keadaan saat itu. Penilaian skor dilakukan dengan menggunakan skala likert, jawaban menurut skala likert adalah sangat setuju, setuju, tidak setuju, sangat tidak setuju dan ragu-ragu.

Tabel 5
Alternatif jawaban dan skor

Alternatif jawaban	Skor	
	(+)	(-)
Sangat setuju	5	1
Setuju	4	2
Tidak setuju	3	3
Sangat tidak setuju	2	4
Ragu - ragu	1	5

Dengan kriteria penilaian sebagai berikut:

- Dikatakan baik apabila jumlah skor rata-rata 34-50
- Dikatakan cukup apabila jumlah skor rata-rata 17-33
- Dikatakan kurang apabila jumlah skor rata-rata 10-16 (Sumber: Walgito, 2003).

Defini Konseptual Tindakan

Tindakan merupakan setelah seseorang mengetahui stimulus, kemudian mengadakan penilaian atau pendapat terhadap apa yang telah di ketahui untuk dilaksanakan atau dipraktikkan.

Definisi Operasional Tindakan

Tindakan merupakan kesiapan atau kesediaan untuk bertindak. skor yang diperoleh dan penjumlahan skor jawaban dari pertanyaan yang dibuat untuk mengukur tindakan ibu hamil, yaitu dengan menggunakan alat ukur kuesioner.

Tabel 6

Kisi-kisi instrument penelitian variabel Independen

Variabel	Dimensi		Indikator	
	(+)	(-)		
Tindakan	Mendapat tablet 30	1	IbuPatuh • 15 yang zatTidak patuh ” 15	
	Tablet diminum semua	2		
	Mematuhi semua aturan	3		
	Tablet habis pergi ke pelayanan kesehatan	4		interval
	Minum sejak trimester 1	5		
	Langsung minum saat lupa	6		
	Selama minum tablet, minum kopi/teh	7		
	Minum tablet dalam keadaan perut kosong	8		

Dengan kriteria penilaian sebagai berikut: Dikatakan baik apabila jumlah skor rata-rata 12-16. Dikatakan cukup apabila jumlah skor rata-rata 11-8

Dikatakan kurang apabila jumlah skor rata-rata 7-3 (Sumber: Walgito, 2003).

Definisi Konseptual Kepatuhan mengonsumsi tablet zat besi

Perilaku kepatuhan mengonsumsi tablet zat besi adalah tindakan ibu hamil dalam mengonsumsi zat besi sesuai dengan aturan yang ditentukan oleh tenaga kesehatan, baik waktu atau dosis.

Definisi Operasional Kepatuhan mengonsumsi tablet zat besi

Perilaku kepatuhan ibu mengonsumsi tablet zat besi adalah keteraturan ibu hamil minum tablet zat besi dengan dosis satu kali secara rutin mulai awal trimester II sampai dengan akhir trimester II sebanyak 90 tablet. skor yang diperoleh dari penjumlahan jawaban atas pertanyaan tentang kepatuhan melalui teknik wawancara.

Tabel 7

Kisi - kisi instrument penelitian variabel Independen

Variabel	Dimensi	Indikator
Kepatuhan hamil	Kepatuhan hamil mengonsumsi besi.	IbuPatuh • 15
		yang zatTidak patuh ” 15

Variabel Dependen

Definisi Konseptual Anemia

Anemia dalam kehamilan adalah kondisi ibu dengan kadar hemoglobin di bawah 11 gr%.

Definisi Operasional Anemia

Anemia dalam kehamilan adalah kondisi ibu dengan kadar hemoglobin yang diperoleh dari hasil pengukuran Hb dengan metode sahli.

Tabel 8

Kisi-kisi instrument penelitian variabel dependen

Variabel	Dimensi	Indikator
Anemia Ibu Hamil	Anemia Hamil	Pada-Anemia, apabila Hb < 11 gr/dl
		-Tidak Anemia, apabila Hb • 11 gr/dl

Sumber: (Depkes RI, 2009)

Data Primer

Data primer berupa data faktor-faktor berupa:

1. Karakteristik ibu hamil meliputi: umur, tingkat pendidikan, pekerjaan
2. Perilaku kepatuhan minum tablet zat besi, dengan cara wawancara.

Data sekunder

Data Sekunder berupa data mengenai gambaran lokasi tempat penelitian dan gambaran umum ibu hamil (kadar Hb).

Teknik Analisis Data

Analisis Univariat

Analisis univariat digunakan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik masing-masing variabel yang diteliti, baik variabel bebas (independen) dengan variabel terikat (dependen).

Analisis Bivariat

Analisis ini digunakan untuk menguji hipotesis yang menentukan hubungan variabel independen dengan dependen. Dalam hal ini peneliti ingin mengetahui tentang hubungan kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet zat besi dan kejadian anemia.

Uji Statistik

Pada penelitian ini, penulis menganalisa hubungan dengan menggunakan Uji- Chi Square

Rumus Chi Square

$$X^2 = \sum \frac{(O-E)^2}{E}$$

Keterangan :

O = Nilai hasil pengamatan

E = Nilai Harapan

Hipotesis Statistik

Data yang dikumpulkan atau diolah kemudian dianalisis dengan ketentuan sebagai berikut:

- Ha : Ada hubungan kepatuhan ibu hamil dengan karakteristik, pengetahuan, sikap dan tindakan dalam mengonsumsi tablet zat besi dan tingkat kejadian anemia di Puskesmas Jawilan Kabupaten Serang tahun 2012.
- Ho : Tidak ada hubungan kepatuhan ibu hamil dengan karakteristik, pengetahuan, sikap dan tindakan dalam mengonsumsi tablet zat besi dan tingkat kejadian anemia

di Puskesmas Jawilan Kabupaten Serang tahun 2012.

Hasil Penelitian

Berdasarkan data yang telah dikumpulkan oleh peneliti, maka di dapat hasil mengenai hasil beberapa variabel mengenai variabel berupa tes hasil variabel perilaku kepatuhan berupa bentuk check list dan kadar Hemoglobin (Hb).

Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Puskesmas Kecamatan Jawilan dan Batas Wilayah

Puskesmas Jawilan merupakan puskesmas tingkat kecamatan yang berada di kabupaten Serang. Puskesmas jawilan terdiri dari 9 desa dan merupakan satu-satunya puskesmas yang ada di Kecamatan Jawilan. Jumlah Penduduk Jawilan laki-laki 28.227, perempuan 34.349, jumlah WUS (Wanita Usia Subur) 13.126. Puskesmas kecamatan jawilan terletak di jalan raya Cikande- Rangkasbitung km 10 kecamatan jawilan, dengan batas wilayah sebagai berikut:

- a. Sebelah utara berbatasan dengan Kecamatan Cikande
- b. Sebelah selatan berbatasan dengan Rangkasbitung-Lebak
- c. Sebelah timur berbatasan dengan Kecamatan Kopo
- d. Sebelah barat berbatasan dengan Kecamatan Pamarayan

Tugas Pokok dan Fungsi Puskesmas Kecamatan Jawilan

Tugas Pokok

Puskesmas kecamatan jawilan merupakan unit pelaksana teknis Dinas Kesehatan yang mempunyai tugas melaksanakan pelayanan, pembinaan dan pengendalian puskesmas pembantu, pengembangan upaya kesehatan pendidikan dan pelatihan tenaga kesehatan di wilayah kerjanya.

Fungsi

1. Puskesmas Kecamatan merupakan unit pelaksana teknis kesehatan yang mempunyai tugas melaksanakan

pelayanan, pengendalian puskesmas pembantu, pengembangan upaya kesehatan, pendidikan dan pelatihan tenaga kesehatan di wilayah kerjanya.

2. Melakukan pembinaan, pengawasan, pengendalian terhadap pengelolaan dan pelayanan puskesmas pembantu.
3. Memberikan pelayanan kesehatan klinis yang meliputi: loket, rekam medic, klinik umum, kesehatan ibu dan anak, kb, gigi, usg, klinik gizi, klinik tbc, laboratorium, apotik, rawat inap (persalinan), ugd 24 jam, kusta, imunisasi.
4. Mengkoordinasi pemberdayaan masyarakat dibidang kesehatan yang meliputi kader kesehatan, posyandu, dll.
5. Mengkoordinir temu lintas batas, lintas sektoral, dalam penanggulangan masalah kesehatan.
6. Menilai dan melaporkan kinerja puskesmas.

Analisa Univariat Umur

Berdasarkan hasil pengisian kuesioner yang diberikan kepada ibu hamil, dengan jumlah sampel sebanyak 44 orang, dapat dilihat karakteristik umur ibu hamil sebagai berikut:

Tabel 9
Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Umur Ibu Hamil di Puskesmas Kecamatan Jawilan Tahun 2012

Tingkat Umur	Frekuensi	%
17-19 tahun	3	6,8
20-35 tahun	32	72,7
> 36 tahun	9	20,5
Jumlah	44	100

Dari 44 ibu hamil, distribusi responden terbanyak berdasarkan tingkat umur berada pada kelompok umur 20-35 tahun sebanyak 32 orang (72,7%), Ibu hamil yang terkecil berada pada kelompok umur 17-19 tahun berjumlah 3 orang (6,8%). Kecamatan Jawilan Tahun 2012

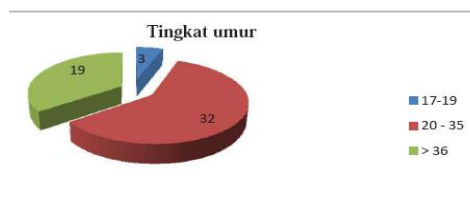


Diagram Pie 1
Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Umur Ibu Hamil Di Puskesmas

Dari diagram pie diatas, bahwa tingkat umur ibu hamil di kecamatan jawilan terbanyak berada pada kelompok umur 20-35 tahun berjumlah 32 orang (72,7%).

Tingkat Pendidikan

Berdasarkan hasil pengisian kuesioner yang diberikan kepada ibu hamil, dengan jumlah sampel sebanyak 44 orang dapat dilihat karakteristik pendidikan ibu hamil seperti yang terdapat dalam tabel di bawah ini:

Tabel 10
Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan Ibu Hamil di Puskesmas Kecamatan Jawilan Tahun 2012

Tingkat Pendidikan	Frekuensi	%
Tidak sekolah	2	4,5
SD	20	46
SMP	16	36
SMA	5	11,3
S1	1	2,2
Jumlah	44	100

Berdasarkan tabel 10 menunjukkan bahwa distribusi responden berdasarkan tingkat pendidikan yang terbanyak adalah SD sebanyak 20 orang (46%) dan yang terkecil adalah ibu hamil dengan pendidikan S1 berjumlah 1 orang (2,2%).



Diagram Pie 2
Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan Ibu Hamil di Puskesmas Kecamatan Jawilan Tahun 2012

Dari diagram pie diatas, bahwa tingkat pendidikan ibu hamil di kecamatan jawilan terbanyak berada pada kelompok pendidikan SD sebanyak 20 orang (46%).

Pekerjaan

Berdasarkan hasil pengisian kuesioner kepada ibu hamil, dengan jumlah sampel sebanyak 44 orang dapat dilihat karakteristik pekerjaan ibu hamil seperti yang terdapat dalam tabel di bawah ini:

Tabel 11
Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Pekerjaan Ibu Hamil di Puskesmas Kecamatan Jawilan Tahun 2012

Tingkat Pekerjaan	Frekuensi	%
IRT	41	93,2
Buruh	1	2,2
Karyawan Swasta	2	4,6
Jumlah	44	100

Berdasarkan tabel 11 menunjukkan bahwa distribusi responden berdasarkan tingkat pekerjaan yang terbanyak adalah IRT berjumlah 41 orang (93,2%) dan yang terkecil adalah ibu hamil dengan pekerjaan karyawan swasta berjumlah 2 orang (4,6%).

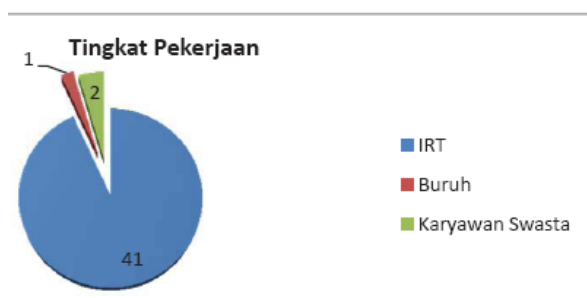


Diagram Pie 3
Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Pekerjaan Ibu Hamil di Puskesmas Kecamatan Jawilan Tahun 2012

Dari diagram pie diatas, bahwa tingkat pekerjaan ibu hamil di kecamatan jawilan terbanyak berada pada kelompok IRT sebanyak 41 orang (93,2%).

Pengetahuan

Berdasarkan hasil pengisian kuesioner kepada ibu hamil, dengan jumlah sampel sebanyak 44 orang dapat dilihat pengetahuan ibu hamil seperti yang terdapat dalam tabel di bawah ini:

Tabel 12
Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil di Puskesmas Kecamatan Jawilan Tahun 2012

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	%
Baik	42	95,5
Cukup	2	4,5
Jumlah	100	100

Berdasarkan tabel 12 menunjukkan bahwa distribusi responden berdasarkan tingkat pengetahuan yang terbanyak adalah baik berjumlah 42 orang (95,5%) dan yang terkecil adalah ibu hamil dengan pengetahuan cukup berjumlah 2 orang (4,5%).



Diagram Pie 4
Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil di Puskesmas Kecamatan Jawilan Tahun 2012

Dari diagram pie diatas, bahwa tingkat pengetahuan ibu hamil di kecamatan jawilan terbanyak berada pada kelompok baik sebanyak 42 orang (93,2%).

Sikap

Berdasarkan hasil pengisian kuesioner kepada ibu hamil, dengan jumlah sampel sebanyak 44 orang dapat dilihat sikap ibu hamil seperti yang terdapat dalam tabel di bawah ini

Tabel 13
Distribusi Responden Berdasarkan Sikap Ibu Hamil di Puskesmas Kecamatan Jawilan Tahun 2012

Sikap	Frekuensi	%
Baik	41	93,2
Cukup	3	6,8
Jumlah	44	100

Berdasarkan tabel 5. menunjukkan bahwa distribusi responden berdasarkan sikap yang terbanyak adalah berjumlah 41 orang (93,2%) dan yang terkecil adalah ibu hamil dengan sikap cukup berjumlah 3 orang (6,8%).

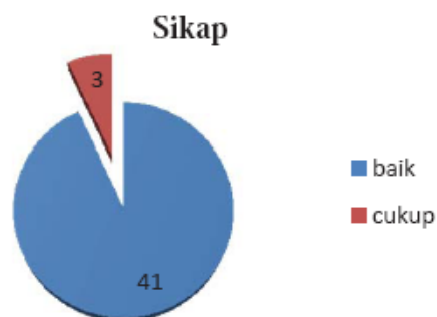


Diagram Pie 5
Distribusi Responden Berdasarkan Sikap Ibu Hamil di Puskesmas Kecamatan Jawilan Tahun 2012

Dari diagram pie diatas, bahwa sikap ibu hamil di kecamatan jawilan terbanyak berada pada kelompok baik sebanyak 41 orang (93,2%).

Tindakan

Berdasarkan hasil pengisian kuesioner kepada ibu hamil, dengan jumlah sampel sebanyak 44 orang dapat dilihat Tindakan ibu hamil seperti yang terdapat dalam tabel di bawah ini:

Tabel 14
Distribusi Responden Berdasarkan Tindakan Ibu Hamil di Puskesmas Kecamatan Jawilan Tahun 2012

Tindakan	Frekuensi	%
Baik	42	95,5
Cukup	2	4,5
Jumlah	44	100

Berdasarkan tabel 14 menunjukkan bahwa distribusi responden berdasarkan

tindakan yang terbanyak adalah berjumlah orang 42 orang (95,5) dan yang terkecil adalah ibu hamil dengan tindakan berjumlah 2 orang (4,5).



Diagram Pie 6
Distribusi Responden Berdasarkan Tindakan Ibu Hamil di Puskesmas Kecamatan Jawilan Tahun 2012

Dari diagram pie diatas, bahwa tindakan ibu hamil di kecamatan jawilan terbanyak berada pada kelompok baik sebanyak orang 42 orang (95,5).

Analisa Bivariat

Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Ibu Dalam Mengonsumsi Table Zat Besi

Berikut adalah tabel hubungan pengetahuan dengan kepatuhan ibu dalam mengonsumsi tablet zat besi.

Tabel 15
Tabel hubungan pengetahuan dengan kepatuhan ibu dalam mengonsumsi tablet zat besi

Pengetahuan	Kepatuhan		n	p-value
	Patuh	Tidak Patuh		
Baik	8	34	34	0.001
Cukup	0	2	2	
Total	8	36		

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa hubungan pengetahuan dengan kepatuhan pada responden menunjukkan, responden yang mempunyai pengetahuan baik dengan yang patuh sebanyak 8 orang, sedangkan ibu yang tidak patuh mempunyai pengetahuan baik sebanyak 34 orang.

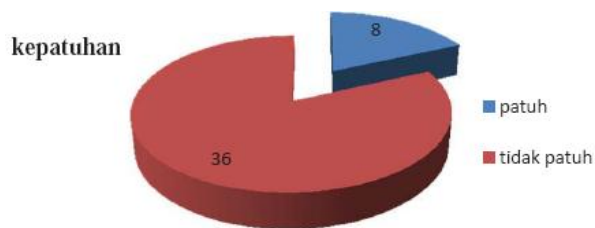


Diagram Pie 7

Distribusi responden hubungan pengetahuan dengan kepatuhan ibu dalam mengkonsumsi tablet zat besi

Dari hasil penelitian, telah dilakukan uji chisquare diketahui bahwa nilai $p=0.001$. oleh karena itu dapat dikatakan bahwa ada hubungan pengetahuan dengan kepatuhan ibu dalam mengkonsumsi tablet zat besi.

Hubungan Sikap Ibu Dengan Kepatuhan Ibu Dalam Mengkonsumsi Table Zat Besi

Berikut adalah tabel hubungan sikap dengan kepatuhan ibu dalam mengkonsumsi tablet zat besi.

Tabel 16
Tabel hubungan sikap dengan kepatuhan ibu dalam mengkonsumsi tablet zat besi

Sikap	Kepatuhan		p-value
	Patuh n	Tidak Patuh n	
Baik	8	33	0.287
Cukup	0	3	
Total	8	36	

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa hubungan pengetahuan dengan sikap pada responden menunjukkan, pada responden yang mempunyai sikap baik dengan yang patuh sebanyak 8 orang, sedangkan ibu yang tidak patuh mempunyai sikap baik sebanyak 33 orang.

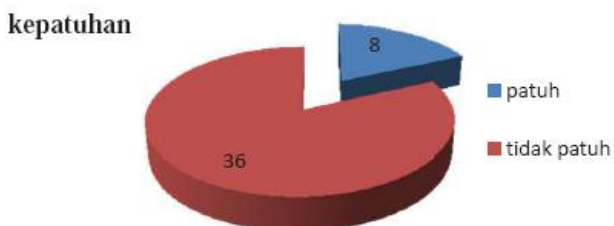


Diagram Pie 8

Distribusi responden hubungan sikap dengan kepatuhan ibu dalam mengkonsumsi tablet zat besi

Dari hasil penelitian, telah dilakukan uji chisquare diketahui bahwa nilai $p=0.287$. oleh karena itu dapat dikatakan bahwa tidak ada hubungan sikap dengan kepatuhan ibu dalam mengkonsumsi tablet zat besi.

Hubungan Tindakan Ibu Dengan Kepatuhan Ibu Dalam Mengkonsumsi Table Zat Besi

Berikut adalah tabel hubungan tindakan dengan kepatuhan ibu dalam mengkonsumsi tablet zat besi.

Tabel 17
Tabel hubungan sikap dengan kepatuhan ibu dalam mengkonsumsi tablet zat besi

Tindakan	Kepatuhan		N
	Patuh n	Tidak Patuh n	
Baik	8	36	36
Cukup	0	0	0
Total	8	36	

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa hubungan pengetahuan dengan tindakan pada responden menunjukkan, pada responden yang mempunyai tindakan baik dengan yang patuh sebanyak 8 orang, sedangkan ibu yang tidak patuh mempunyai tindakan baik sebanyak 36 orang.

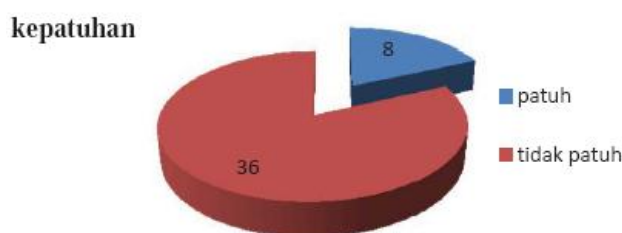


Diagram Pie 9

Distribusi responden hubungan tindakan dengan kepatuhan ibu dalam mengkonsumsi tablet zat besi

Dari hasil penelitian, telah dilakukan uji chisquare diketahui bahwa nilai $p=0.000$. dalam uji chi square, apabila ada sel - sel yang berfrekuensi kecil (< 5 kasus), maka dilakukan koreksi Yates. Dengan menggunakan rumus,

$$X^2 = \frac{N(AD - BC)^2}{(A + B)(C + D)(A + C)(B + D)}$$

$$X^2 = \frac{36 < (8) (0) - (36) (0) >^2}{(44) (0) (8) (36)}$$

$$X^2 = \frac{36 (0)^2}{0}$$

$$= 0$$

Besarnya degree of freedom (df) $Df = (k-1)(b-1)$
 $= (2-1)(2-1)$
 $= 1$

Dari perhitungan diatas, didapatkan nilai :
 Chi-square hitung = 0
 Df = 1

Chi-square table pada Df 1 dan signifikan 0,05 = 3,841

Kesimpulan statistik:

Chi-square hitung > chi square table = signifikan

Oleh karena itu dapat dikatakan bahwa ada hubungan tindakan dengan kepatuhan ibu dalam mengkonsumsi tablet zat besi.

Hubungan Kepatuhan Ibu Mengkonsumsi Table Zat Besi dan Anemia

Berikut adalah tabel hubungan tindakan dengan kepatuhan ibu dalam mengkonsumsi tablet zat besi.

Tabel 18

Tabel hubungan kepatuhan ibu mengkonsumsi tablet zat besi dengan anemia

Kepatuhan	Anemia		n	p-value
	Anemia	Tidak anemia		
Patuh	2	6	6	0.755
Tidak patuh	11	25	25	
Total	13	31		

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa hubungan kepatuhan dengan anemia pada responden menunjukkan, pada responden yang patuh tidak anemia 6 orang, sedangkan ibu yang tidak patuh tidak anemia sebanyak

25 orang.

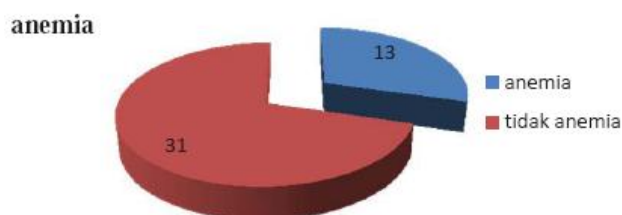


Diagram Pie 10

Tabel hubungan kepatuhan ibu mengkonsumsi tablet zat besi dengan anemia

Dari hasil penelitian, telah dilakukan uji chisquare diketahui bahwa nilai $p=0.755$. oleh karena itu dapat dikatakan bahwa tidak ada hubungan kepatuhan ibu dalam mengkonsumsi tablet zat besi dan kejadian anemia.

Pembahasan Deskriptif Data Umur

Hasil penelitian ini menyatakan bahwa umur ibu hamil sebagian besar berumur 20-35 tahun. Dalam hal ini, umur ibu termasuk kategori WUS (Wanita Usia Subur). Umur reproduksi yang sehat dan aman adalah umur 20-35 tahun. Kehamilan diusia < 20 tahun merupakan kehamilan berisiko tinggi, lebih tinggi di bandingkan dengan kehamilan pada wanita yang cukup umur.(Wiknjosastro, 2005). Resikonya adalah kematian maternal pada wanita hamil dan melahirkan pada usia dibawah 20 tahun ternyata 2-5 kali lebih tinggi dari pada kematian maternal yang terjadi pada usia 20-29 tahun, kemungkinan keguguran, persalinan premature, bayi BBLR (Berat Badan Lahir Rendah), kelainan bawaan, anemia kehamilan. (Referensi kesehatan).

Sedangkan pada usia > 35 tahun resikonya, terkait dengan kemunduran dan penurunan daya tahan tubuh serta berbagai penyakit yang sering menimpa diusia ini, terjadinya keguguran, pre-eklampsia, plasenta previa dan diabetes. Peluang untuk melahirkan bayi yang memiliki kelainan seperti Down's Syndrome juga lebih besar dibandingkan dengan yang berusia 20 tahun. (Jurnal

Kesehatan). Dengan kata lain, umur ibu hamil di kecamatan jawilan termasuk umur reproduksi yang sehat dan aman.

Pendidikan

Hasil penelitian ini menyatakan bahwa pendidikan ibu hamil sebagian besar berpendidikan SD. Wanita dalam keluarga dan masyarakat yang berpendidikan tinggi cenderung lebih memperhatikan kesehatan diri dan keluarganya, sedangkan wanita dengan tingkat pendidikan yang rendah, menyebabkan kurangnya pengertian mereka akan kesehatan. Pendidikan ibu juga akan berpengaruh terhadap perilaku ibu dalam pencarian pelayanan kesehatan pemeriksaan antenatal, lebih dari 90 % wanita yang berpendidikan minimal sekolah dasar telah mencari tempat pelayanan kesehatan pemeriksaan antenatal. (Fibriani, 2007).

Meskipun mayoritas besar pendidikan ibu hamil di kecamatan jawilan adalah SD, mereka mulai mengerti dan memahami pentingnya pelayanan kesehatan. Hal ini dibuktikan oleh mereka untuk aktif dan berpartisipasi mengikuti kelas ibu hamil. Oleh karena itu, tingkat pendidikan individu dan masyarakat dapat berpengaruh terhadap penerimaan pendidikan kesehatan. (Uhu Suliha dkk, 2002).

Wanita yang berpendidikan akan lebih terbuka terhadap ide-ide baru dan perubahan untuk mendapatkan pelayanan kesehatan yang proposional karena manfaat pelayanan kesehatan akan mereka sadari sepenuhnya. (Maulani, 1999). Menurut *dictionary of Education* dalam buku Achmad Munib, dkk (2004:33) pendidikan adalah proses seseorang mengembangkan kemampuan, sikap, dan bentuk-bentuk tingkah laku lainnya di dalam masyarakat tempat ia hidup, proses yakni orang dihadapkan pada pengaruh lingkungan yang terpilih dan terkontrol (khususnya yang datang dari sekolah), sehingga dia dapat memperoleh atau mengalami perkembangan kemampuan sosial dan kemampuan individu yang optimal.

Pekerjaan

Hasil penelitian ini menyatakan bahwa pekerjaan ibu hamil sebagian besar adalah ibu rumah tangga. Menurut Fikawati, et al., pekerjaan seseorang akan berpengaruh terhadap kuantitas dan kualitas makanan. Hal ini karena pekerjaan akan menentukan pendapatan yang dihasilkan. Pendapatan ini akan digunakan salah satunya untuk membeli makanan. Tingkat pendidikan akan berpengaruh terhadap jenis pekerjaan. Semakin tinggi pendidikan yang dimiliki seseorang maka peluang untuk memperoleh pekerjaan akan semakin besar. (Agustinus, 2011). Bila seorang ibu ikut membantu penghasilan dalam rumah tangga maka pada saat hamil mereka lebih banyak mengeluarkan tenaga dan pikiran maka efeknya dapat berpengaruh pada kehamilan. Pekerjaan sangat menentukan terhadap seseorang untuk berbuat sesuatu kegiatan. Dengan banyak kesibukan maka ibu kadang-kadang lupa untuk melakukan minum tablet zat besi tepat waktu. Namun pekerjaan bukanlah penghambat dalam bertindak, bila ada kemauan ataupun ibu memiliki pengetahuan yang baik terhadap kesehatan, maka ia akan meminum tablet zat besi secara teratur.

Pengetahuan

Dari hasil penelitian diketahui bahwa ibu yang mempunyai pengetahuan baik sebanyak 42 orang (95,5%) sedangkan yang mempunyai pengetahuan cukup berjumlah 2 orang (4,5%). Berdasarkan hasil uji chi-square diperoleh nilai $p=0,001$. Sehingga dapat dikatakan bahwa ada hubungan antara pengetahuan ibu dengan kepatuhan ibu dalam mengonsumsi tablet zat besi. Hal ini sesuai dengan jurnal yang berjudul *Pelayanan antenatal care dalam pengelolaan anemia berhubungan dengan kepatuhan ibu hamil minum tablet besi* menurut Subarda, et al., yang menyatakan proporsi pengetahuan yang baik akan meningkatkan kepatuhan ibu hamil minum tablet zat besi. Kepatuhan

minum tablet zat besi merupakan suatu bentuk perilaku yang dapat terwujud karena adanya pengetahuan yang diperoleh dari luar serta keyakinan dan adanya dorongan dari orang lain (petugas kesehatan, tetangga, teman dekat). Hal ini juga sesuai dengan pernyataan Dian Ramawati, et al., dalam Jurnal Keperawatan Soedirman yang berjudul, faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet besi di desa Sokaraja tengah, Kecamatan Sokaraja, Kabupaten Banyumas. Yang menyatakan pengetahuan memegang peranan yang penting dalam menentukan sikap dan perilaku responden untuk mengonsumsi tablet besi selama hamil dan mematumhinya. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan sangat penting peranannya dalam menentukan kepatuhan dalam mengonsumsi tablet besi. Dengan adanya pengetahuan tentang zat besi, ibu hamil akan tahu bagaimana menyimpan dan menggunakan tablet besi. Memperbaiki konsumsi tablet besi merupakan salah satu bantuan terpenting yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kualitas status gizi pada ibu hamil (Anonim, 2008).

Tingginya pengetahuan juga dapat disebabkan adanya penyuluhan di wilayah ini oleh petugas kesehatan atau lembaga kesehatan. Hal ini disebabkan adanya kelas ibu hamil yang dilakukan satu bulan satu kali. Di kelas ini ibu hamil akan belajar bersama, diskusi dan tukar pengalaman tentang kesehatan ibu dan anak secara menyeluruh dan sistematis serta dapat dilaksanakan secara terjadwal dan berkesinambungan. (Depkes RI, 2009).

Sikap

Dari hasil penelitian diketahui bahwa ibu hamil yang mempunyai sikap baik sebanyak 41 orang (93,1%) sedangkan yang mempunyai sikap cukup berjumlah 3 orang (6,8%). Berdasarkan hasil uji chi-square diperoleh nilai $p=0,287$. Sehingga dapat dikatakan bahwa tidak ada hubungan antara sikap ibu dengan kepatuhan ibu dalam

mengonsumsi tablet zat besi. Suatu sikap belum otomatis terwujud dalam suatu tindakan. Agar terwujud sikap menjadi suatu perbuatan nyata diperlukan faktor pendukung berupa fasilitas dan dukungan dari pihak lain. Sikap belum tentu mempengaruhi perilaku, karena sikap hanya menerima akan tetapi belum memutuskan. Begitu juga dengan hal nya ibu hamil, mereka mengetahui, mengerti dan menerima arti pentingnya zat besi buat kehamilan akan tetapi mereka belum tentu untuk meminumnya. Hal ini sesuai dengan Notoatmodjo dalam buku Ilmu Kesehatan Masyarakat yang menyatakan bahwa sikap merupakan reaksi atau respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu stimulus atau objek. Manifestasi sikap tidak langsung dapat dilihat, tetapi hanya dapat ditafsirkan terlebih dahulu dari perilaku yang tertutup.

Jadi setelah seseorang menerima atau menyerap pengetahuan yang kemudian dihayati oleh orang tersebut akan menimbulkan suatu sikap, oleh karena itu dengan adanya sikap akan secara langsung berpengaruh terhadap perilaku responden dari hasil peninjauan pengetahuan yang diperoleh dari responden, dengan demikian pengetahuan tersebut akan mempengaruhi sikap, akan tetapi belum bertindak.

Tindakan

Dari hasil penelitian diketahui bahwa tindakan ibu hamil baik sebanyak 42 orang (95,5%) sedangkan ibu hamil tindakan cukup berjumlah 2 orang (4,5%). Berdasarkan hasil uji chi-square diperoleh nilai $p=0,000$. Sehingga dapat dikatakan bahwa ada hubungan antara tindakan ibu dengan kepatuhan ibu dalam mengonsumsi tablet zat besi. Setelah seseorang mengetahui stimulus, kemudian mengadakan penilaian atau pendapat terhadap apa yang telah di ketahui untuk dilaksanakan atau dipraktekan. Hal ini sesuai dengan jurnal yang berjudul pelayanan antenatal care dalam pengelolaan anemia berhubungan dengan kepatuhan ibu hamil minum tablet besi

menurut Subarda, et al., yang menyatakan tindakan yang rendah umumnya disebabkan kurangnya kesadaran mengenai pentingnya minum tablet besi dan ancaman bahaya anemia bagi ibu hamil dan bayi. Suatu sikap belum otomatis terwujud dalam suatu tindakan. Agar terwujud sikap menjadi suatu perbuatan nyata diperlukan faktor pendukung berupa fasilitas dan dukungan dari pihak lain. Tindakan berarti suatu perbuatan yang dilakukan karena alasan-alasan tertentu, atau perbuatan sengaja dilakukan untuk mencapai tarap atau tahapan tertentu., bisa juga berarti tindakan karena termotivasi sesuatu. Begitu juga dengan hal nya ibu hamil, mereka mengetahui, mengerti dan menerima arti pentingnya zat besi buat kehamilan. Karena mereka tahu manfaatnya, salah satu adalah mencegah terjadinya pendarahan saat persalinan, lalu mereka patuh mengonsumsi table zat besi.

Hubungan kepatuhan Ibu hamil dalam mengonsumsi zat besi dan kejadian anemia

Berdasarkan hasil uji chi square diperoleh nilai $p=0,755$ sehingga dapat dikatakan bahwa tidak ada hubungan antara kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet zat besi dan kejadian anemia di puskesmas jawilan. Hal ini sesuai dengan penelitian galuh nainia, yang berjudul hubungan tingkat anemia dengan kepatuhan ibu hamil minum tablet zat besi di bidan praktek swasta hj hendriati. Dari penelitian, diketahui sebagian besar ibu hamil di jawilan tidak anemia berjumlah 31 orang (patuh 6, tidak patuh 25). Dan ibu hamil yang anemia berjumlah 13 orang (patuh 2, tidak patuh 11). Ibu hamil yang tidak patuh tetapi tidak anemia disebabkan, adanya faktor yang meningkatkan penyerapan zat besi yang berasal dari hem (25%) dan non hem (5%) seperti daging, ayam, ikan karena A.A Cysteine mengikat zat besi untuk meningkatkan penyerapan. Vit C akan merubah feri menjadi fero sehingga mudah diserap, meningkatkan absorpsi non hem sampai

4 x lipat. Sedangkan ibu hamil yang patuh tetapi anemia disebabkan, adanya faktor yang menghambat penyerapan zat besi yang berasal dari As oksalat pada sayuran, As phitat dalam serat serealia, phosvitin dalam kuning telur, konsumsi serat > 35 g/hari untuk waktu lama, konsumsi suplemen kalsium > 300 mg/hari. Sebagian besar ibu yang terkena anemia dan tidak anemia adalah ibu rumah tangga. Hal ini dikarenakan, bila perilaku yang mendukung terhadap pencegahan anemia masih rendah, kurang mengonsumsi bahan makanan yang mengandung besi hem dan non hem, tidak minum tablet zat besi secara rutin selama haid, maka akan tetap mengalami anemia. Suplementasi tablet zat besi bagi ibu hamil sangat dianjurkan sebab, biasanya kandungan zat besi yang diambil dari makanan belum cukup untuk pemenuhan kebutuhan karena, tergantung pada jenis zat besi dalam makanan serta zat-zat makanan lainnya yang mempengaruhi penyerapan zat besi. Penyerapan zat besi yang terkandung dalam makanan dipengaruhi oleh jumlah dan zat kimianya serta faktor-faktor lain yang membantu dan menghambat penyerapan. Selain hal tersebut faktor lainnya adalah kondisi kesehatan dan status zat besi orang tersebut. Sehingga bisa dikatakan bahwa sebagai penyebab anemia, disamping pendidikan masih ada faktor lain yang perlu diperhatikan yaitu tingkat pengetahuan, sikap, tindakan, pendapatan, kesehatan dan lain-lain.

Kesimpulan

Dari hasil penelitian maka dapat disimpulkan: Pada ibu hamil, umur responden berada pada umur 20-35 tahun (72,7%) termasuk umur reproduksi yang sehat dan aman, Tingkat pendidikan ibu hamil sebagian besar SD (46%). Pekerjaan ibu hamil sebagian besar adalah ibu rumah tangga (93,2%). Sebagian besar Pengetahuan ibu hamil, berada pada kategori baik (95,5%). Sikap ibu berada pada kategori baik (93,2) dan tindakan ibu berada pada kategori baik (95,5). Ada hubungannya

kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet zat besi (pengetahuan dan tindakan). Sedangkan sikap tidak ada hubungannya dalam mengonsumsi tablet zat besi. Sebagian besar ibu hamil di jawilan tidak anemia berjumlah 31 orang (patuh 6, tidak patuh 25). Dan ibu hamil yang anemia berjumlah 13 orang (patuh 2, tidak patuh 11). Tidak ada hubungannya antara kepatuhan ibu hamil mengonsumsi tablet zat besi dan tingkat kejadian anemia di Puskesmas Jawilan Kabupaten Serang tahun 2012. Bisa dikatakan bahwa sebagai penyebab anemia, disamping pendidikan masih ada faktor lain yang perlu diperhatikan yaitu tingkat pengetahuan, sikap, tindakan, pendapatan, kesehatan, dan lain-lain.

Daftar Pustaka

- Almatsier, S., "Prinsip Dasar Ilmu Gizi", PT. Gramedia Pustaka Utama, Jakarta, 2004.
- Notoatmojo, S., "Ilmu Kesehatan Masyarakat", Rineka Cipta, Jakarta, 2003.
- Walgito, B., "Psikologi Sosial", 2003.
- Priyatno, D., "Mandiri Belajar SPSS", Mediakom, Jogjakarta, 2008.
- Depkes RI., "Program Penanggulangan Anemia Gizi pada Wanita Usia Subur (WUS)", Direktorat Gizi Masyarakat, Direktorat Jenderal Bina Kesehatan Masyarakat, Departemen Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta, 2001.
- Subarda, et al., "Pelayanan antenatal care dalam pengelolaan anemia berhubungan dengan kepatuhan ibu hamil minum tablet besi", *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 2011.
- Dian Ramawati, et al., "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan Ibu Hamil Dalam Mengonsumsi Tablet Besi di Desa Sokaraja Tengah, Kecamatan Sokaraja, Kabupaten Banyumas", *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 2008.
- Hj. Muliaty T., "Faktor Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Ibu Hamil Dalam Mengonsumsi Tablet Besi di RSUD Arifin Nu'mang Rappang Kabupaten Sidrap", *Jurnal Kebidanan Poltekkes Makassar, Makassar*, 2007.
- Sri Ratnawati, et al., "Hubungan Antara Pekerjaan Dengan Partisipasi Ibu Mengikuti Senam Hamil (Di URJ Poli Hamil II RSUD Dr. Soetomo Surabaya)", *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes Vol.I No.3 Juli 2010 ISSN: 2086-309*, 2010.
- Septanto, A A., "Perbedaan Pengetahuan, Sikap, dan Asupan Sarapan Antara Mahasiswa Program Studi Ilmu Gizi dengan Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat di Universitas Esa Unggul", 2012.
- Sifik, "Hubungan Perilaku Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Terhadap Kadar Hb Ibu Hamil Yang Berkunjung ke Puskesmas Kecamatan Palmerah Kota Administrasi Jakarta Barat", 2009.
- Nursariningsih, D., "Hubungan Pengetahuan Anemia Dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Besi Pada Ibu Hamil di Puskesmas Pembina Kecamatan Kembangan Jakarta Barat", 2004.
- Supriyono, "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Anemia Gizi Besi Pada Tenaga Kerja Wanita di PT HM Sampoerna"
- Fikawati, et al., "Pesan Sarapan Bagi Kesehatan", *Institut Pertanian Bogor, Bogor*, 2007.
- Nainia, G., "Hubungan Tingkat Anemia Dengan Kepatuhan Ibu Hamil Minum Tablet Zat Besi di Bidan Praktek Swasta Hj Hendriati".