

**POLA KONSUMSI TABLET Fe PADA IBU HAMIL
SERTA FAKTOR YANG MEMEPENGARUHINYA DI DESA CIKUNIRKECAMATAN
SINGAPARNA KABUPATEN TASIKMALAYA**

**Hariyani Sulistyoningsih, S.KM., M.KM
Sinta Fitriani, S.KM., M.KM
Dadan Yogaswara, S.KM,MKM**

A. Abstrak

Tujuan jangka panjang dari penelitian ini adalah diketahuinya pola konsumsi tablet Fe ibu hamil serta faktor yang mempengaruhinya di Desa Cikunir Kecamatan Singaparna Kabupaten Tasikmalaya sehingga kemudian dapat dibuat program yang dapat meningkatkan konsumsi Fe pada ibu hamil (tidak hanya cakupan pemberiannya) yang pada akhirnya akan menurunkan risiko anemia pada ibu hamil. Target khusus dari penelitian ini adalah diketahuinya faktor yang mempengaruhi pola konsumsi tablet Fe pada ibu hamil di Desa Cikunir Kecamatan Singaparna Kabupaten Tasikmalaya.

Kegiatan diawali dengan mengumpulkan seluruh ibu hamil trimester III yang berada di Desa Cikunir Kecamatan Singaparna Kabupaten Tasikmalaya, yang kemudian akan menjadi sampel dalam penelitian ini. Variabel yang diukur terdiri dari waktu pertama mendapatkan tablet Fe, jumlah tablet Fe yang telah dikonsusmi, cara mengkonsumsi tablet Fe, serta pengetahuan tentang tablet Fe, sikap terhadap kesehatan, pendidikan, tingkat ekonomi, ketersediaan fasilitas kesehatan, dukungan dari bidan, dan dukungan keluarga.

Alat ukur (instrumen) yang digunakan untuk mengumpulkan data pada masing-masing variabel adalah kuesioner yang diwawancarakan. Data masing-masing variabel kemudian diolah dan disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi untuk kemudian dianalisis sehingga dapat memberikan informasi yang lebih jelas tentang pola konsumsi tablet Fe serta faktor yang mempengaruhinya. Data yang diperoleh diharapkan dapat menjadi sumber informasi dalam menyusun program untuk meningkatkan cakupan konsumsi tablet Fe pada ibu hamil sehingga risiko anemia pada ibu hamil dapat diturunkan yang pada akhirnya risiko perdarahan dan kematian pada ibu bersalin juga dapat diturunkan.

Kata Kunci : Pendidikan, pengetahuan, sikap dukungan keluarga, dukungan petugas serta pola konsumsi Fe

B. Pendahuluan

Salah satu permasalahan kesehatan yang terjadi pada ibu hamil di Indonesia adalah anemia. Sebagian besar anemia di Indonesia selama ini dinyatakan sebagai akibat kekurangan besi dan perhatian yang kurang terdapat ibu hamil merupakan perdisposisi anemia di Indonesia (Saifuddin, 2006). Zat besi sangat diperlukan oleh ibu hamil untuk pembentukan hemoglobin, sehingga pemerintah Indonesia mengatasinya dengan mengadakan pemberian suplemen besi untuk ibu hamil mulai tahun 1974, namun hasilnya belum memuaskan (Depkes, 2003).

Menurut WHO, 40% kematian ibu di negara berkembang berkaitan dengan anemia pada kehamilan yang disebabkan oleh defisiensi zat besi dan perdarahan akut. Menurut Departemen Kesehatan Republik Indonesia (2005), dampak yang dapat ditimbulkan akibat anemia pada ibu hamil adalah perdarahan pada saat melahirkan, bayi berat lahir rendah (BBLR), penurunan IQ, bayi mudah terinfeksi dan mudah menderita gizi buruk. Sedangkan dampak sosial ekonomi akibat anemia adalah penurunan produktivitas sumber daya manusia.

Sejak Tahun 1970 Departemen Kesehatan RI telah melaksanakan suatu program pemberian tablet zat besi pada ibu hamil di Puskesmas dan Posyandu secara gratis dengan mendistribusikan tablet tambah darah, dimana 1 tablet berisi 200 mg ferosulfat dan 0,25 mg asam folat (setara dengan 60 mg besi dan 0.25 mg asam folat). Setiap ibu hamil dianjurkan minum tablet tambah darah dengan dosis satu tablet setiap hari selama masa kehamilannya sampai 40 hari setelah melahirkan. Jumlah tablet zat besi yang dikonsumsi ibu hamil adalah minimal 90 tablet selama kehamilan (Manuaba, I.B.G, 2001). Pendistribusian tablet Fe dilakukan melalui Posyandu,

Polindes, Puskesmas serta melibatkan petugas kesehatan seperti bidan, perawat hingga kader Posyandu. Harapannya seluruh ibu hamil mendapatkan Tablet Fe dan mengkonsumsinya sehingga dapat menurunkan risiko kejadian anemia pada ibu hamil,

Desa Cikunir adalah salah satu desa di wilayah kerja Puskesmas Singaparna yang pada tahun 2013 memiliki cakupan tablet Fe paling rendah dari 8 desa yang berada di wilayah kerja Puskesmas Singaparna. Cakupan ibu hamil yang mendapatkan tablet Fe di wilayah kerja Puskesmas Singaparna sebesar 96,07%, sedangkan di Desa Cikunir sebesar 77,42%, padahal desa ini merupakan desa yang paling dekat aksesnya terhadap fasilitas pelayanan Puskesmas (Laporan Tahunan Puskesmas Singaparna, 2013).

Ibu hamil yang tidak mendapatkan tablet Fe memiliki risiko kekurangan zat besi yang pada akhirnya akan menyebabkan timbulnya anemia pada kehamilan. Kondisi ini akan berpengaruh pada kesehatan ibu hamil yang pada akhirnya akan mempengaruhi proses persalinan juga kondisi kesehatan ibu pascamelahirkan. Risiko anemia tidak hanya bagi ibu yang tidak mengonsumsi tablet Fe karena ibu yang mengonsumsi tablet Fe pun memiliki risiko anemia. apabila tablet Fe tidak dikonsumsi dalam jumlah yang tepat, cara dan waktu yang tepat.

Pola konsumsi tablet Fe yang dilakukan ibu hamil merupakan salah satu bentuk perilaku kesehatan. Menurut teori Green et.al dalam Notoatmodjo (2003), perilaku kesehatan dipengaruhi oleh 3 faktor yaitu faktor predisposisi, faktor pemungkin dan faktor penguat. Faktor predisposisi meliputi pengetahuan, sikap, keyakinan, nilai dan persepsi, faktor pemungkin menyangkut

keterjangkauan berbagai sumber daya, serta waktu, sedangkan faktor penguat adalah adanya dukungan dari pihak lain, baik dari keluarga ataupun tenaga kesehatan.

Mengetahui pola konsumsi tablet Fe serta faktor yang mempengaruhinya merupakan hal yang diperlukan agar dapat dilakukan upaya untuk meningkatkan konsumsi tablet Fe serta mengoptimalkan peran Fe dalam mencegah terjadinya anemia pada ibu hamil. Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan maka dirasakan perlu dilakukan penelitian mengenai pola konsumsi tablet Fe serta faktor yang mempengaruhinya di Desa Cikunir Kecamatan Singaparna Kabupaten Tasikmalaya.

C. METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan merupakan metode kuantitatif dengan desain deskriptif. Variabel yang diukur meliputi pola konsumsi tablet Fe yang meliputi waktu pertama mendapatkan tablet Fe, jumlah tablet Fe yang telah dikonsumsi, cara mengonsumsi tablet Fe. Variabel yang terkait dengan faktor yang mempengaruhi pola konsumsi tablet Fe meliputi: pengetahuan tentang tablet Fe, sikap terhadap kesehatan, pendidikan, tingkat ekonomi, ketersediaan fasilitas kesehatan, dukungan dari bidan, serta dukungan keluarga.

Kegiatan penelitian dilakukan di Desa Cikunir yang berada di wilayah kerja Puskesmas Singaparna Kabupaten Tasikmalaya. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester III di Desa Cikunir Kecamatan Singaparna Kabupaten Tasikmalaya. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner.

Pengolahan data

Pemeriksaan terhadap kelengkapan dan keakuratan data yang sudah dikumpulkan

biaya, jarak ketersediaan transportasi
Melakukan pengkodean terhadap jawaban responden

Entri Data

Tabulasi data (penyajian data)

Data disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi yang diperkuat dengan narasi

Analisis Data

Analisis data yang bersifat numerik dilakukan berdasarkan nilai mean, median, modus yang diperoleh, sedangkan proporsi digunakan untuk data yang bersifat kategorik.

D. HASIL PENELITIAN

1. Gambaran Pendidikan Ibu Hamil Di Desa Cikunir Kecamatan Singaparna Kabupaten Tasikmalaya

Berikut adalah gambaran pendidikan ibu hamil di Desa Cikunir Kecamatan Singaparna.

Gambaran Tingkat Pendidikan Ibu Hamil Di Desa Cikunir Kecamatan Singaparna Tahun 2016

Pendidikan	N	%
SD	23	48,9
SMP	16	34,0
SMA	7	14,9
Sarjana	1	2,1
Jumlah	47	100

Data pada tabel 4.4 menunjukkan bahwa pendidikan ibu hamil yang paling banyak adalah Sekolah Dasar (48,9%), dan yang paling sedikit adalah Sarjana (2,1%).

2. Gambaran Tingkat Ekonomi Ibu Hamil Di Desa Cikunir Kecamatan Singaparna Kabupaten Tasikmalaya

Gambaran tingkat ekonomi Ibu hamil di Desa Cikunir Kecamatan Singaparna dapat dilihat pada tabel berikut.

Gambaran Tingkat Ekonomi Ibu Hamil Di Desa Cikunir Kecamatan Singaparna Tahun 2016

Tingkat Ekonomi	n	%
Di bawah UMR	38	80,9
Lebih dari atau sama dengan UMR	9	19,1
Jumlah	47	100

Rata-rata pendapatan keluarga ibu hamil per bulan adalah sebesar Rp1.207.446,81, sedangkan UMR Kabupaten Tasikmalaya, sebesar Rp 1.632.360, Pendapatan terendah sebesar Rp 500.000 dan tertinggi sebesar Rp3.000.000.

Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Di Desa Cikunir Kecamatan Singaparna Kabupaten Tasikmalaya

Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Di Desa Cikunir Kecamatan Singaparna Tahun 2016

Pernyataan	Tahu		Tidak Tahu		N	%
	n	%	n	%		
1. Manfaat Tablet besi	8	17,0	39	83,7	47	100,0
2. Waktu yang tepat untuk minum tablet besi	35	74,5	12	25,5	47	100,0
3. Keluhan yang bisa muncul ketika minum tablet besi	23	48,9	24	51,1	47	100,0
4. Akibatnya ibu hamil tidak	39	83,0	8	17,0	47	100,0

Pernyataan	Tahu		Tidak Tahu		N	%
	n	%	n	%		
meminum tablet besi						
5. Upaya menghilangkan rasa mual pada saat minum tablet besi	12	25,5	35	74,5	47	100,0
6. Jumlah tablet besi yang harus diminum dalam sehari	19	40,4	28	59,6	47	100,0
7. Jumlah tablet besi yang harus diminum selama kehamilan	42	89,4	5	20,6	47	100,0

Data pada tabel 4.6 menunjukkan bahwa meskipun seluruh ibu hamil menyatakan mengkonsumsi tablet Fe, namun hanya 17,0 % ibu yang mengetahui manfaat tablet Fe, dan masih terdapat 74,5% ibu hamil yang belum mengetahui cara menghilangkan mual pada saat konsumsi tablet Fe. Meskipun sebanyak 89,4% ibu tahun jumlah tablet Fe yang harus dikonsumsi selama kehamilan, namun hanya 40,4% ibu yang mengetahui secara benar jumlah tablet besi yang harus dikonsumsi dalam sehari.

Gambaran Sikap Ibu Hamil dalam mengkonsumsi Fe Di Desa Cikunir Kecamatan Singaparna Kabupaten Tasikmalaya

Berikut adalah gambaran sikap ibu hamil dalam mengkonsumsi Tablet Fe di Desa Cikunir Kecamatan Tasikmalaya.

Gambaran Sikap Ibu Hamil dalam mengkonsumsi Tablet Fe Di Desa Cikunir Kecamatan Singaparna Tahun 2016

Pernyataan	Setuju		Tidak Setuju		Tidak Menjawab		N	%
	n	%	n	%	n	%		
1. Minum tablet besi harus dihentikan jika terasa mual	18	38,3	26	55,3	3	6,4	47	100,0
2. Air yang paling baik digunakan ketika minum tablet besi adalah air teh	14	29,8	31	66,0	2	4,3	47	100,0
3. Minum tablet besi dapat menimbulkan efek samping	16	34,0	27	57,4	4	8,5	47	100,0
4. Minum tablet besi cukup satu butir dalam seminggu	8	17,0	35	74,5	4	8,5	47	100,0
5. Ibu hamil harus minum tablet besi secara rutin selama kehamilan	41	87,2	3	6,4	3	6,4	47	100,0
6. Tablet besi bisa diperoleh/ dibeli dimana saja, tidak hanya dari bidan atau tenaga kesehatan	17	36,2	27	57,4	3	6,4	47	100,0
7. Tablet besi hanya diminum apabila ibu merasa pusing	9	19,1	36	76,6	2	4,3	47	100,0

Data pada tabel 4.7 menunjukkan bahwa masih terdapat ibu hamil yang memiliki sikap yang tidak mendukung dalam mengkonsumsi tablet Fe yang baik, diantaranya yaitu: terdapat 38,3% ibu yang setuju pemberian tablet Fe dihentikan apabila mual, terdapat 19,1% ibu yang setuju tablet Fe hanya dikonsumsi jika ibu merasa pusing, terdapat 17% ibu yang setuju jika konsumsi Tablet Fe cukup dilakukan seminggu sekali, dan terdapat 57,4% ibu yang menganggap tablet Fe hanya bisa diperoleh di bidan.

Gambaran Dukungan Tenaga Kesehatan Di Desa Cikunir Kecamatan Singaparna Kabupaten Tasikmalaya

Distribusi Frekuensi Dukungan Tenaga Kesehatan Di Desa Cikunir Kecamatan Singaparna

Dukungan Tenaga Kesehatan	n	%
Ya	32	68,1
Tidak	15	31,9
Jumlah	47	100,0

Sebanyak 68,1% menyatakan pernah mendapatkan dukungan dari tenaga kesehatan untuk mengkonsumsi tablet Fe secara tepat, dan masih terdapat 31,9% ibu yang menyatakan tidak pernah mendapatkan dukungan dari tenaga kesehatan untuk mengkonsumsi tablet Fe secara tepat.

Gambaran Dukungan Keluarga Ibu Hamil Di Desa Cikunir Kecamatan Singaparna Kabupaten Tasikmalaya

Data pada tabel berikut menunjukkan dukungan keluarga dalam pemberian tablet Fe.

Gambaran Dukungan Keluarga Ibu Hamil dalam Konsumsi Tablet Fe Di Desa Cikunir Kecamatan Singaparna

Dukungan Keluarga	n	%
Tidak Ada	16	34,0
Ada	31	66,0
Suami	25	80,6
Orang tua	1	3,2
Mertua	1	3,2
Anggota keluarga lain	3	9,7

Sebanyak 66,0% ibu hamil menyatakan mendapat dukungan dari keluarga dalam mengkonsumsi tablet Fe, dan masih terdapat 34,0% ibu hamil yang menyatakan tidak mendapatkan dukungan keluarga. Dukungan terbanyak diberikan oleh suami (80,6%) dan yang paling sedikit oleh mertua dan orang tua, masing-masing sebanyak 3,2%.

E. Pembahasan

Pola Konsumsi Tablet Fe

Data hasil penelitian menunjukkan bahwa hanya 55,3% ibu hamil yang mengkonsumsi tablet Fe setiap hari, bahkan ada 2,1% ibu hamil yang belum pernah mengkonsumsi tablet Fe. Ibu hamil yang mengkonsumsi Tablet Fe biasa mengkonsumsi dengan menggunakan air putih, namun masih terdapat 6,4 6,4% ibu hamil yang mengkonsumsi tablet Fe dengan air teh atau kopi.

Kebutuhan tablet Fe pada wanita hamil yaitu rata-rata mendekati 800 mg. Kebutuhan ini terdiri dari, sekitar 300 mg diperlukan untuk janin dan plasenta serta 500 mg lagi digunakan untuk meningkatkan massa haemoglobin maternal. Kurang lebih 200 mg lebih akan dieksresikan lewat usus, urin dan kulit. Seluruh kebutuhan Fe selama kehamilan tidak dapat dipenuhi secara maksimal hanya dengan mengkonsumsi makanan sehari-hari, untuk itu perlu dibantu dengan suplemen tablet Fe.

Tablet Fe merupakan vitamin dan mineral penting bagi wanita hamil untuk mencegah kecacatan pada perkembangan bayi baru lahir dan kematian ibu yang disebabkan oleh anemia berat (Ami, 2009). Kebutuhan zat besi akan meningkat pada trimester dua dan tiga yaitu sekitar 6,3 mg perhari. Untuk memenuhi kebutuhan zat besi ini dapat diambil dari cadangan zat besi dan peningkatan adaptif penyerapan zat besi melalui saluran cerna. Apabila cadangan zat besi sangat sedikit atau tidak ada sama sekali sedangkan kandungan dan serapan zat besi dari makanan sedikit, maka pemberian suplemen sangat diperlukan untuk memenuhi kebutuhan zat besi ibu hamil (Arisman, 2007). Oleh karena itu, tablet ini sangat diperlukan ibu hamil dan seharusnya mengkonsumsi tablet Fe sebanyak 90 tablet selama masa kehamilannya.

Pendidikan dan tingkat Ekonomi ibu hamil di Desa Cikunir Kecamatan Singaparna Kabupaten Tasikmalaya.

Sebagian besar ibu hamil (48,9%) memiliki pendidikan lulus SD dan 34,0% memiliki pendidikan SMP. Jika dilihat dari tingkat ekonomi, sebanyak 80,9% ibu hamil pendapatan keluarga di bawah UMR.

Pendidikan yang rendah memungkinkan keterbatasan dalam mengakses informasi dari berbagai media, apalagi didukung oleh tingkat ekonomi yang rendah. Pendapatan akan mempengaruhi jumlah, jenis dan kualitas barang yang dikonsumsi juga akan mempengaruhi akses terhadap pelayanan kesehatan.

Pengetahuan dan Sikap ibu hamil di Desa Cikunir Kecamatan Singaparna Kabupaten Tasikmalaya terhadap Tablet Fe

Hasil pengumpulan data terkait pengetahuan mengenai tablet Fe menunjukkan bahwa hanya 17,0% ibu hamil yang mengetahui manfaat tablet Fe, dan sebanyak 59,6 % ibu hamil masih belum mengetahui berapa banyak jumlah tablet Fe yang harus dikonsumsi dalam sehari. Jika dilihat dari sikap terhadap tablet Fe, terdapat ibu hamil (38,3%) yang setuju konsumsi tablet Fe harus dihentikan jika terasa mual, dan masih terdapat 17,0% ibu hamil yang setuju jika tablet Fe cukup dikonsumsi seminggu sekali.

Pengetahuan adalah hal mendasar yang bisa mendorong seseorang memiliki sikap atau perilaku tertentu. Pengetahuan dapat diperoleh secara formal ataupun informal. Pengetahuan juga dapat diperoleh dengan banyak mengakses informasi dari berbagai media baik buku, pamflet, ataupun penyuluhan-penyuluhan.

Dukungan Tenaga Kesehatan dan Dukungan Keluarga di Desa Cikunir Kecamatan Singaparna

Sebanyak 31,9% ibu hamil menyatakan tidak ada dukungan dari tenaga kesehatan terkait konsumsi tablet Fe, dan sebanyak 66,0% ibu hamil menyatakan sudah mendapatkan dukungan dari keluarga

F. SIMPULAN DAN SARAN

1. Ibu hamil di Desa Cikunir Kecamatan Singaparna Kabupaten Tasikmalaya masih belum mengkonsumsi Tablet Fe setiap hari, dan masih ada mengkonsumsi dengan menggunakan air teh atau kopi
2. Sebagian besar ibu hamil di Desa Cikunir Kecamatan Singaparna Kabupaten Tasikmalaya memiliki pendidikan SD dengan tingkat pendapatan di bawah upah minimum regional untuk Kabupaten Tasikmalaya.
3. Ibu hamil di Desa Cikunir Kecamatan Singaparna Kabupaten Tasikmalaya masih belum memiliki pengetahuan yang baik tentang konsumsi tablet Fe, diantaranya masih belum mengetahui manfaat tablet Fe, jumlah tablet yang dikonsumsi serta cara mengurangi efek samping tablet Fe
4. Ibu hamil di Desa Cikunir Kecamatan Singaparna Kabupaten Tasikmalaya masih belum memiliki sikap yang mendukung dalam mengkonsumsi tablet Fe, terkait penghentian konsumsi tablet Fe jika mual, serta frekuensi konsumsi tablet Fe.
5. Sebagian Ibu hamil di Desa Cikunir Kecamatan Singaparna Kabupaten Tasikmalaya menyatakan bahwa dukungan tenaga kesehatan untuk mengkonsumsi tablet Fe masih belum ada.
6. Sebagian ibu hamil menyatakan mendapatkan dukungan keluarga, baik suami maupun orang tua dalam mengkonsumsi tablet Fe.

Perlu meningkatkan peran tenaga kesehatan dalam hal promotif dan preventif, diantaranya memaksimalkan konseling kepada

untuk mengkonsumsi Tablet Fe. Peran tenaga kesehatan dan dukungan keluarga dalam pembentukan perilaku cukuplah besar. Menurut teori Lawrence Green, dukungan tenaga kesehatan dan keluarga merupakan faktor pendorong timbulnya perilaku kesehatan, termasuk dalam hal mengkonsumsi Tablet Fe.

ibu hamil pada saat kontak pertama. Selain itu keluarga (suami ataupun orang tua) juga harus mendapatkan informasi yang sama terkait Tabet Fe, dan dilibatkan untuk memberikan dorongan kepada ibu untuk mengkonsumsi Tablet Fe secara tepat dan benar

G. DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, S. 2003. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: P.T Gramedia Pustaka Utama.
- Arisman, 2007. *Gizi dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Laporan Puskesmas Singaparna Tahun 2013 Manuaba, I.B.G., I.A. Chandranita Manuaba, dan I.B.G. Fajar Manuaba. 2007. *Pengantar Kuliah Obstetri*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC,.
- Notoatmojo, S. 2010. *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Saifudin, A.B., 2002, *Panduan Praktis Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. YBP SP, Jakarta