

Original Article

Hubungan antara Penyuluhan Kesehatan, Konsumsi Tablet Fe dan Pola Makan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Nifas

Relationship between Health Education, Fe Tablet Consumption and Diet and the Incidence of Anemia in Postpartum Women

Resti Tri Ambarwati¹, Rita Ayu Yolandia²

¹Puskesmas Warungkiara

²Universitas Indonesia Maju

Email: restitriambarwati@gmail.com

Abstract

Pendahuluan: Masa nifas adalah masa setelah persalinan sampai 42 hari, ibu akan mengalami keluarnya darah dari rahim dapat mengakibatkan ibu mengalami anemia.

Tujuan: Untuk mengetahui hubungan antara penyuluhan kesehatan, konsumsi tablet Fe dan pola makan dengan kejadian anemia pada Ibu Nifas di Puskesmas Warungkiara tahun 2022.

Metode: Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif deskriptif dengan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian ini dilakukan di wilayah kecamatan Warungkiara dengan waktu penelitian Agustus-September tahun 2022. Dalam penelitian ini jumlah populasi yaitu 30 orang ibu nifas yang melakukan persalinan di POND Puskesmas Warungkiara. Penelitian ini menggunakan uji chi-square.

Hasil: Hubungan antara konseling Kesehatan dengan kejadian anemia nilai *p-value* <0,05 yaitu 0,045 dan OR 2,273. Hubungan antara kepatuhan konsumsi Tablet Fe dengan kejadian anemia dengan nilai *p-value* <0,05 yaitu 0,001 dan RR 0,273. Hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia dengan nilai *p-value* <0,05 yaitu 0,024 dan nilai OR 6,111.

Kesimpulan: Terdapat hubungan antara penyuluhan kesehatan, konsumsi tablet Fe dan pola makan dengan kejadian anemia pada Ibu Nifas di Puskesmas Warungkiara tahun 2022.

Kata Kunci: anemia, ibu nifas

Hak Cipta

©2023 Artikel ini memiliki akses terbuka dan dapat didistribusikan berdasarkan ketentuan Lisensi Atribusi Creative Commons, yang memungkinkan penggunaan, distribusi, dan reproduksi yang tidak dibatasi dalam media apa pun, asalkan nama penulis dan sumber asli disertakan. Karya ini dilisensikan di bawah **Lisensi Creative Commons Attribution Share Alike 4.0 Internasional**.

Editor: NH

Diterima: 30/11/2022

Direview: 11/09/2023

Publish: 15/09/2023

Available Article: (doi)
10.53801/jipki.v2i4.78

Pendahuluan

Masa nifas atau masa puerperium adalah masa setelah persalinan selesai sampai 6 minggu atau 42 hari. Selama masa nifas, organ reproduksi secara perlahan akan mengalami perubahan seperti keadaan sebelum hamil. Ibu postpartum rentan terkena anemia karena kehilangan jumlah darah selama proses persalinan.¹ Pada tahun 2020 16 kematian ibu 91.45/100.000 kelahiran hidup. Data SDKI 2017 angka kematian neonatal 15/1.000 kelahiran hidup. Angka kematian bayi 24/1000 kelahiran hidup. Adapun enam provinsi di antaranya Jawa Barat, Sumatera Utara, Banten, Jawa Tengah, Jawa Timur, dan Sulawesi Selatan salah satu angka kejadian terbesar kematian ibu di Indonesia.² WHO menyatakan dalam *Worldwide*

Prevalence kejadian anemia pada ibu postpartum adalah 56%. Angka kematian pada ibu postpartum di Indonesia karena anemia mencapai 30%.³

Cakupan pelayanan Ibu nifas 2016 di Kabupaten Sukabumi telah memenuhi target (89%). Pelayanan pada ibu dengan komplikasi kebidanan salah satunya yaitu perdarahan yang menyebabkan terjadinya komplikasi Sesuai data yang di dapat PONE Warungkira pada tahun 2021 dengan jumlah pasien 644, terdapat 393 kasus tertangani di puskesmas dan 251 kasus dilakukan rujukan ke rumah sakit. Kasus yang di rujuk ke rumah sakit salah satunya yaitu, *giant baby*, plasenta previa, solusio plasenta, PEB yang dimana nantinya akan menyebabkan perdarahan hebat dan beresiko anemia. Adapun data yang di dapat dari PONE Puskesmas warungkira ibu post partum dengan anemia kurang lebih sekitar sekitar 40%.

Berdasarkan pendahuluan diatas, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara penyuluhan kesehatan, konsumsi tamblet Fe dan pola makan dengan kejadian anemia pada Ibu Nifas di Puskesmas Warungkiara tahun 2022.

Metode

Metode penelitian yang akan di gunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif deskriptif. Kuantitatif deskriptif adalah jenis penelitian yang digunakan untuk menganalisa data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya. Berdasarkan tujuan penelitian yang akan dicapai, penelitian ini menggunakan jenis penelitian analitik dengan pendekatan *cross-sectional*.⁴ Populasi pada penelitian ini merupakan seluruh ibu nifas yang melahirkan di Puskesmas Warungkiara tahun 2021. Adapun jumlah ibu yang melahirkan di puskesmas Warungkiara dari bulan Maret sampai bulan Mei 121 persalinan. Jumlah sampel yang akan di gunakan sebagai penelitian yaitu paling sedikit nya 30 orang ibu nifas. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini yaitu *purposive sampling*, yaitu seluruh populasi yang memenuhi kriteria dijadikan sampel penelitian. Instrumen yang di gunakan pada penelitian ini yaitu dengan menggunakan kuisisioner yang di dalam nya terdiri dari tiga komponen, yaitu mengenai tablet Fe, pola makan dan penyuluhan kesehatan, yang jumlah 25 pertanyaan.

Hasil

Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Kategori Konseling, Kepatuhan mengkonsumsi Fe, Pola Makan, dan Kategori Anemia

Kategori	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Konseling		
Pernah mendapat konseling	25	83,3
Tidak pernah mendapat konseling	5	16,7
Kepatuhan mengkonsumsi Fe		
Patuh	8	26,7
Tidak Patuh	22	73,3
Pola Makan		
Teratur	17	56,7
Tidak teratur	13	43,3
Kategori Anemia		
Anemia	16	53,3
Tidak anemia	14	46,7

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa responden yang pernah mendapatkan konseling yaitu 25 orang (83,3%). Sedangkan, responden yang tidak pernah mendapatkan konseling yaitu 5 orang (16,7%). Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa responden yang patuh mengkonsumsi tablet Fe yaitu 22 orang (73,3%). Sedangkan, responden yang tidak patuh mengkonsumsi tablet Fe yaitu 8 orang (26,7%). Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa responden yang pola makannya teratur yaitu 17 orang (56,7%). Sedangkan, responden yang pola makannya tidak teratur yaitu 13 orang (43,3%). Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa responden mengalami anemia yaitu 16 orang (53,3%). Sedangkan, responden yang tidak mengalami anemia yaitu 14 orang (46,7%).

Analisis Bivariat

Tabel 5. Hubungan antara Konseling, Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe dan Pola Makan dengan Kejadian Anemia

Variabel	Anemia		Tidak Anemia		<i>p-value</i>
	f	%	F	%	
Konseling					
Pernah mendapatkan konseling	11	36,7	14	46,7	0,045
Tidak pernah mendapatkan konseling	5	16,7	0	0	
Jumlah	16	53,4	14	46,6	
Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe					
Patuh	0	0	10	33,3	0,001
Tidak Patuh	15	50	5	16,7	
Jumlah	15	50	15	50,0	
Pola Makan					
Teratur	5	16,7	12	40	0,024
Tidak Teratur	10	33,3	3	10	
Jumlah	15	50,0	15	50	

*uji *fisher exact test*

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa responden yang pernah mendapatkan konseling mengalami anemia yaitu 11 orang (36,7%) dan yang tidak mengalami anemia yaitu 14 orang (46,7%). Sedangkan, responden yang tidak pernah mendapatkan konseling mengalami anemia yaitu 5 orang (16,7%) dan tidak terdapat responden yang tidak pernah mendapatkan konseling yang tidak mengalami anemia. Terdapat hubungan antara konseling kesehatan dengan kejadian anemia dengan nilai *p-value* <0.05 yaitu 0.045 dengan OR 2,273.

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa tidak terdapat responden yang patuh mengkonsumsi tablet Fe mengalami anemia dan responden yang patuh tidak mengalami anemia yaitu 10 orang (33,3%). Sedangkan, responden yang tidak patuh mengkonsumsi tablet Fe mengalami anemia yaitu 15 orang (50%) dan yang tidak mengalami anemia yaitu 5 orang (16,7%). Didapatkan hubungan antara kepatuhan konsumsi tablet Fe dan kejadian anemia *p-value* <0.05 yaitu 0,001 dengan RR 0,273.

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa responden yang pola makannya teratur mengalami anemia yaitu 5 orang (16,7%) dan yang tidak mengalami anemia 12 orang (40%). Sedangkan, responden yang pola makannya tidak teratur mengalami anemia yaitu 10 orang (33,3%) dan yang tidak mengalami anemia yaitu 3 orang (10%). Didapatkan hubungan antara kepatuhan konsumsi tablet Fe dan kejadian anemia *p-value* <0.05 yaitu 0,024 dengan RR 6,111.

Pembahasan

Hubungan antara Konseling Kesehatan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Nifas

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara konseling anemia dengan kejadian anemia pada ibu nifas dengan nilai $p\text{-value} < 0,05$ yaitu 0,045. Hasil penelitian tersebut memiliki kesamaan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati (2019) bahwa terdapat kemampuan yang kurang pada responden terkait informasi anemia. Hal tersebut terjadi pada penelitian ini, yang diketahui bahwa terdapat 33,3% responden yang sudah mendapatkan konseling namun masih mengalami anemia.⁵

Pengetahuan yang ditunjukkan pada penelitian ini berfokus pada konseling mengenai anemia yang pernah didapatkan oleh responden dari tenaga medis.⁶ Melalui pemberian konseling yang pernah diterima oleh responden, diharapkan responden dapat menjadi tahu, paham dan melakukan Tindakan untuk pencegahan maupun penanganan. Namun pada pemberian pengetahuan pada seseorang, perlu melalui beberapa tahap atau proses agar seseorang menjadi tahu dan mengadopsi menjadi perilaku.⁷ Proses perilaku dimulai dengan adanya pengetahuan atau informasi yang diberikan kepada seseorang, kemudian mulai mengalami ketertarikan terhadap informasi yang diberikan, sehingga dapat berperan aktif untuk mencari informasi lebih mengenai hal tersebut. Selanjutnya, tahap pengambilan keputusan yaitu seseorang mulai menimbang keuntungan dan kerugian dalam berperilaku sesuai dengan informasi yang didapat.⁸ Setelah pengambilan keputusan biasanya seseorang akan memulai mengimplementasikan untuk mengetahui kegunaan dan mencari informasi lebih lanjut, yang pada akhirnya seseorang akan mengkonfirmasi untuk melanjutkan implementasi tersebut karena sesuai dengan persepsinya atau memilih menolak dan tidak melanjutkan implementasinya.⁹

Pada penelitian ini juga menunjukkan adanya 50% responden yang sudah mendapatkan konseling dan tidak mengalami anemia. Sehingga dapat diketahui juga bahwa terdapat sebagian responden yang memilih mengimplementasikan informasi yang didapat dan melanjutkannya sebagai sebuah perilaku.

Hubungan antara Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Anemia pada Ibu Nifas

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada ibu nifas dengan nilai $p\text{-value} < 0,05$ yaitu 0,001. Hasil penelitian tersebut memiliki kesamaan dengan penelitian yang dilakukan oleh Islah Wahyuni (2019), yaitu terdapat hubungan variabel kepatuhan ibu dalam mengkonsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia $p\text{-value}$ (0,010).¹⁰

Kepatuhan merupakan perilaku positif yang dilakukan oleh klien yang mengarah tujuan terapeutik. Tablet Fe yang diberikan oleh tenaga Kesehatan kepada klien merupakan praktik umum untuk mencegah defisiensi besi dan anemia. Beberapa factor yang terakut dengan kepatuhan yang tinggi dalam mengkonsumsi zat besi adalah karena tingkat pengetahuan dan sikap yang baik, serta factor kepatuhan yang rendah dalam mengkonsumsi zat besi karena tidak menyukai rasa pil suplemen zat besi, dan mempunyai sifat pelupa.¹¹ Anemia masa nifas adalah suatu keadaan dimana seorang ibu sudah melahirkan sampai dengan kira-kira 5 minggu dalam kondisi pucat, lemah dan kurang bertenaga. Hal ini dapat diperburuk dengan kehilangan darah saat melahirkan dan pada masa nifas.¹² Anemia adalah suatu keadaan dimana seorang ibu sesudah melahirkan hingga kira-kira 5 minggu setelah proses persalinan. Pada masa ini

masalah dan komplikasi dapat terjadi pada ibu *post partum* seperti *haemorrhagic post partum*, atonia uteri dan lain-lain. Profilaksis anemia pasca persalinan harus dimulai pada awal kehamilan untuk memastikan status zat besi yang baik sebelum melahirkan. Penanganannya adalah memberi suplemen zat besi oral 100-200 mg setiap hari dan penting untuk menganalisis kadar hemoglobin setelah kira-kira 2 minggu untuk melakukan pemeriksaan keberhasilan konsumsi tablet Fe.¹³

Pada penelitian ini diketahui bahwa terdapat 50% responden tidak patuh mengonsumsi tablet Fe dan mengalami anemia, sedangkan terdapat 33,3% responden yang patuh mengonsumsi tablet Fe dan tidak mengalami anemia. Tablet Fe akan menambah jumlah eritrosit dalam darah sehingga kemampuannya mengangkut oksigen juga meningkat. Penyerapan zat besi oleh eritrosit terjadi terutama di bagian duodenum dan jejunum atas. Kemudian ditransfer melintasi mukosa duodenum ke dalam darah, dimana ia diangkut dengan transferrin ke sel-sel atau sumsum tulang untuk memproduksi sel darah merah.⁸

Hubungan antara Pola Makan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Nifas

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia pada ibu nifas dengan nilai *p-value* <0,05 yaitu 0,024. Pada penelitian ini menunjukkan bahwa 33,3% responden yang pola makannya tidak teratur mengalami anemia, dan 16,7% responden yang pola makannya teratur tidak mengalami anemia. Perubahan gaya hidup dan kebiasaan pangan menuntut penyesuaian masukan energi dan zat gizi. Pola makan yang buruk seperti sering telat makan, konsumsi makanan yang mengandung lemak dan kolesterol tinggi, serta kurang minum air putih dapat menurunkan daya tahan tubuh. Demikian juga penerapan pola makan seperti sering mengonsumsi makanan siap saji.

Pola makan berperan penting dalam mendukung perubahan kadar Hb, pola makan yang dianjurkan sesuai dengan Pedoman Umum Gizi Seimbang (PUGS) atau yang sering disebut Isi Piringku. Asupan makanan yang rendah zat besi dapat memungkinkan kurang terpenuhinya kebutuhan zat besi pada ibu nifas. Perilaku konsumsi pada ibu nifas mulai ditemukan adanya pola makan yang kurang teratur dan tidak sesuai dengan kebutuhan gizi, seperti sering mengonsumsi makanan cepat saji, makanan yang rendah zat besi dengan frekuensi makan yang tidak teratur.¹⁴ Penelitian yang dilakukan oleh Yuli Suryanti (2017) menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara pola makan dengan kejadian anemia. Beberapa faktor risiko yang dapat menimbulkan kondisi anemia adalah pola makan rendah kandungan besi dan vitamin, khususnya folat, gangguan intestinal yang akan mempengaruhi absorpsi zat gizi ke dalam tubuh.¹⁵

Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian mengenai hubungan antara penyuluhan Kesehatan, konsumsi tablet Fe dan pola makan dengan kejadian anemia di Puskesmas Warungkiara tahun 2022, maka penulis menyimpulkan bahwa terdapat Hubungan antara penyuluhan kesehatan, konsumsi tablet Fe dan pola makan dengan kejadian anemia di Puskesmas warungkiara. Distribusi frekuensi pernah mendapatkan konseling yaitu 83,3%, patuh mengonsumsi tablet Fe 26,7% dan teratur dalam pola makan 56,7%. Terdapat hubungan antara konseling Kesehatan dengan kejadian anemia pada ibu nifas dengan nilai *p-value* <0,05 yaitu 0,045 dan OR 2,273. Terdapat hubungan antara kepatuhan konsumsi Tablet Fe dengan kejadian anemia dengan nilai *p-value* <0,05 yaitu 0,001 dan RR 0,273. Terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia dengan nilai *p-value* <0,05 yaitu 0,024 dan nilai OR 6,111

Konflik Kepentingan

Tidak ada konflik kepentingan dalam penelitian ini.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terimakasih penulis sampaikan kepada ibu Rita Ayu Yolandia, S.ST, MKM selaku dosen pembimbing skripsi dan ibu Maryam Syarah M, S.ST, MKM selaku dosen penguji skripsi serta kepada ibu nifas yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.

Pendanaan

Penelitian ini sepenuhnya di danai peneliti.

References

1. DATA IP. Asuhan kebidanan nifas. 2010;
2. Badan Pusat Statistik, Badan Koordinasi Keluarga Berencanaan Nasional, Departemen Kesehatan, Macro International. Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia 2012. Sdki. 2013;16.
3. Takemoto MLS, Menezes MO, Andreucci CB, Knobel R, Sousa LAR, Katz L, et al. Maternal mortality and COVID-19. *J Matern Neonatal Med.* 2020;
4. Notoatmodjo S. Metodologi penelitian kesehatan. 2012;
5. Rahmawati T. Dukungan Informasi Suami Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Husband's Information Support With Anemia Occurrences In Expectant Mothers Abstrak. *J Persada Husada Indones.* 2019;6(22):50–9.
6. Notoatmodjo S. Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. Jakarta: Reneka Cipta; 2012.
7. Mrl A, Kes M, Jaya IMM, Kes M, Mahendra ND, Kep S. Buku Ajar Promosi Kesehatan. 2019;1–107.
8. Susanti N. Promosi Kesehatan Dan Pendidikan Kesehatan. Jakarta: CV Trans Info Media; 2017. 142 p.
9. Martina Pakpahan, Deborah Siregar, Andi Susilawaty, Tasnim, Mustar, Radeny Ramdany EIM, Efendi Sianturi, Marianna Rebecca Gadis Tompunu Yenni Ferawati Sitanggang MM. Promosi Kesehatan & Perilaku Kesehatan. Watianthos R, editor. Jakarta: EGC. Jakarta: Yayasan Kita Menulis; 2021. 168 p.
10. Wahyuni I. Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Post Partum Di Wilayah Kerja Puskesmas Payung Sekaki Pekanbaru. *J Med Usada.* 2019;2(2):32–9.
11. Mardhiah A, Marlina M. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe Pada Ibu Hamil. *Wind Heal J Kesehat.* 2019;2(3):266–76.
12. Fatkhiyah. Anemia dalam Kehamilan. Jakarta: Nuha Medika; 2018.
13. IM Bakta, K Suega TD. Anemia defisiensi Besi. Sudoyono A, editor. Jakarta: Interna Publishing; 2015.
14. Suryani D, Hafiani R, Junita R. Analisis Pola Makan Dan Anemia Gizi Besi Pada Remaja Putri Kota Bengkulu. *J Kesehat Masy Andalas.* 2017;10(1):11.
15. Suryanti Y, Ariasih IN, Suryani S, Minfadlillah I. Hubungan Pengetahuan dan Pola Makan dengan Kejadian Anemia Remaja Putri di MTS Swasta Al-Hidayah Talang Bakung Kota Jambi Tahun 2017. *J Bahana Kesehat Masy (Bahana J Public Heal.* 2017;1(2):179–89.