

**PENGETAHUAN TENTANG ANEMIA DAN MANFAAT ZAT BESI, SERTA
DUKUNGAN KELUARGA TERHADAP KADAR HAEMOGLOBIN
IBU HAMIL DI WILAYAH PESISIR**

Teresia Suminta Rotua Situmorang, Reza Bintangdari Johan

Universitas Borneo Tarakan

(teresiasumintars@borneo.ac.id, 082276816665)

ABSTRAK

Anemia adalah salah satu masalah kesehatan yang paling umum terjadi di seluruh dunia dan mempengaruhi hampir dua pertiga kesehatan ibu hamil di negara berkembang, termasuk di Indonesia. Anemia mempengaruhi 32,4 juta (38,2%) wanita hamil secara global, dengan prevalensi tertinggi di Asia Tenggara 49% dan Afrika 46,3%. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan tentang anemia dan manfaat zat besi serta dukungan keluarga terhadap kadar haemoglobin ibu hamil di wilayah pesisir. Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Responden dalam penelitian ini berjumlah 63 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *simple random sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner dan Haemometer Digital. Analisis data yang digunakan oleh peneliti adalah *chi square*. Hasil dari penelitian ini didapatkan terdapat hubungan Pengetahuan Tentang Anemia dengan kadar Hb ($P\text{-value} < 0,001$), terdapat hubungan pengetahuan tentang Manfaat Zat Besi dengan kadar Hb ($P\text{-value} < 0,001$) dan terdapat hubungan Dukungan Keluarga terhadap Kadar Hb ($P\text{-value} < 0,001$). Hasil penelitian ini nantinya diharapkan dapat menjadi pertimbangan tenaga kesehatan terkait dalam memberikan konseling maupun penyuluhan kepada ibu hamil agar lebih terfokus dalam memberikan edukasi tentang anemia dan dampaknya, serta pentingnya pendampingan keluarga selama ibu mengkonsumsi tablet tambah darah.

Kata kunci : Anemia, zat besi, dukungan keluarga, haemoglobin

ABSTRACT

Anemia is one of the most common health problems throughout the world and affects almost two-thirds of the health of pregnant women in developing countries, including Indonesia. Anemia affects 32.4 million (38.2%) pregnant women globally, with the highest prevalence in Southeast Asia at 49% and Africa at 46.3%. The aim of this study was to determine the relationship between knowledge about anemia and the benefits of iron as well as family support on hemoglobin levels of pregnant women in coastal areas. The research design used in this study was analytical observational with a cross sectional approach. Respondents in this study totaled 63 people. The sampling technique used in this research was simple random sampling. Data collection techniques used questionnaires and a Digital Haemometer. The data analysis used by researchers is chi square. The results of this research showed that there was a relationship between Knowledge about Anemia and Hb levels ($P\text{-value} < 0.001$), there was a relationship between knowledge about the Benefits of Iron and Hb levels ($P\text{-value} < 0.001$) and there was a relationship between Family Support and Hb Levels ($P\text{-value} < 0.001$). It is hoped that the results of this research will be a consideration for relevant health workers in providing counseling and counseling to pregnant women so that they are more focused on providing education about anemia and its impacts, as well as the importance of family assistance while the mother is consuming blood supplement tablets.

Keywords : Anemia, iron, family support, hemoglobin

1. PENDAHULUAN

Anemia adalah salah satu masalah kesehatan yang paling umum terjadi di seluruh dunia dan mempengaruhi hampir dua pertiga kesehatan ibu hamil di negara berkembang, termasuk di Indonesia. Prevalensi anemia akan menjadi indikator terbaik untuk memantau kesehatan ibu hamil dan mencegah komplikasi kehamilan. Peningkatan kasus anemia terus terjadi, yaitu dari 37,10% (2013) menjadi 48,90% (2018) pada populasi ibu hamil di Indonesia. (Aji *et al.*, 2020). Anemia mempengaruhi 32,4 juta (38,2%) wanita hamil secara global, dengan prevalensi tertinggi di Asia Tenggara 49% dan Afrika 46,3%. Di seluruh dunia, anemia menyumbang 20% dari semua kematian ibu (Aredo, Demise and Megersa, 2023)

Indonesia merupakan salah satu negara berkembang dengan jumlah penderita anemia terbanyak. Dari lima penyebab AKI terbesar di Indonesia, empat di antaranya merupakan dampak yang terjadi saat ibu mengalami anemia, yaitu ibu hamil mengalami perdarahan, infeksi, persalinan lama dan abortus. Efek negatif anemia pada ibu hamil dan janinnya adalah abortus, hambatan tumbuh kembang dan janin dalam kandungan, mudah terjadi infeksi dekompensasi tali pusat (HB <6 Gr%), mola hidatidosa, hiperemesis gravidarum, perdarahan antepartum, ketuban pecah dini (PROM), kematian intrauterin, prematur, berat badan lahir rendah, kelahiran dengan anemia dapat terjadi cacat bawaan dan bayi rentan terhadap infeksi hingga kematian perinatal (Azmi, Ummi, 2022) (Aji *et al.*, 2020) Sebagian besar kematian ibu (61%) terjadi pada masa nifas, dan lebih dari setengahnya terjadi dalam satu hari setelah melahirkan (Aredo, Demise and Megersa, 2023)

Selain insiden diatas, rendahnya kadar hemoglobin juga berdampak pada pertumbuhan linier anak karena hemoglobin merupakan nutrisi tipe 2 yang berguna dalam proses pembentukan jaringan dan pertumbuhan tulang. Karena hemoglobin membutuhkan zat besi dalam proses biosintetiknya, maka asupan zat besi merupakan kebutuhan penting bagi ibu hamil. Kebutuhan zat besi pada ibu hamil meningkat seiring bertambahnya usia kehamilan. Hasil penelitian menunjukkan ibu dengan riwayat anemia pada kehamilannya

cenderung memiliki anak yang pendek (Aini, Mufarika and Aini, 2022)

Pengetahuan ibu tentang anemia serta dukungan keluarga menjadi sangat penting untuk mencegah komplikasi baik pada ibu hamil maupun janin yang mungkin terjadi akibat anemia. Kurangnya pengetahuan, pemahaman atau kesadaran akan kekurangan zat besi akan berdampak pada tindakan mengkonsumsi makanan kaya zat besi atau mengkonsumsi suplemen zat besi untuk meningkatkan status zat besi ibu (Azmi, Ummi, 2022) (Kadir *et al.*, 2021). Begitu pula dengan dukungan keluarga. Dukungan keluarga yang diberikan akan membuat ibu merasa kuat dan mampu dalam menjalani kehamilan yang sehat. Bentuk dukungan yang diberikan dapat berupa dukungan informatif, emosional, instrumental dan penilaian. (Triharini, Armini and Nastiti, 2018)

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Pantai Amal, terdapat 135 orang ibu hamil yang menderita anemia selama kurun waktu enam bulan terakhir. Cukup tingginya angka kejadian serta resiko yang muncul baik pada ibu maupun janin akibat anemia maka peneliti akan melakukan penelitian tentang “pengetahuan tentang anemia dan manfaat zat besi serta dukungan keluarga terhadap kadar haemoglobin ibu hamil di wilayah pesisir”.

2. METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Pantai Amal pada bulan April - Juni 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil. Jumlah populasi yang tercatat mulai bulan September 2022 sampai Februari 2023 adalah 135 orang ibu hamil. Penentuan besar sampel dilakukan dengan rumus Slovin sehingga diperoleh besaran sampel 63 responden.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *simple random sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner dan Haemometer Digital. Analisis data yang digunakan oleh peneliti adalah *chi square*.

3. HASIL

Berdasarkan hasil penelitian dengan metode *simple random sampling*, sampel dalam

penelitian ini berjumlah 63 responden. Kesemuanya merupakan ibu hamil yang memiliki buku KIA dan bersedia dilakukan pemeriksaan kadar Haemoglobin darah. Dan diperoleh hasil analisis univariat dan bivariat sebagai berikut :

Tabel 1. Pengetahuan Tentang Anemia

	Rendah	Tinggi	Total
Pengetahuan tentang Anemia	11	52	63

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan sebanyak 11 orang ibu hamil memiliki pengetahuan yang rendah dan sebanyak 52 orang ibu hamil memiliki pengetahuan yang tinggi.

Tabel 2. Pengetahuan Tentang Manfaat Zat Besi

	Rendah	Tinggi	Total
Pengetahuan Tentang Manfaat Zat Besi	10	53	63

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan sebanyak 10 orang ibu hamil memiliki pengetahuan yang rendah tentang manfaat zat besi dan sebanyak 53 orang ibu hamil memiliki pengetahuan yang tinggi tentang manfaat zat besi.

Tabel 3. Dukungan Keluarga

	Tidak Mendukung	Mendukung	Total
Dukungan Keluarga	9	54	63

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan sebanyak 9 orang ibu hamil tidak mendapat dukungan keluarga dan sebanyak 54 orang ibu hamil mendapatkan dukungan keluarga.

Tabel 4 Tabel Silang Pengetahuan Tentang Anemia, Manfaat Zat Besi dan Dukungan Keluarga terhadap Kadar Hb

		Anemia	Tidak Anemia	Total	P Value
Pengetahuan Tentang Anemia	Rendah	9	2	11	<0,001
	Tinggi	2	50	52	
Pengetahuan Tentang Manfaat Zat Besi	Rendah	8	2	10	<0,001
	Tinggi	3	50	53	
Dukungan Keluarga	Tidak Mendukung	7	2	9	<0,001
	Mendukung	4	50	54	

4. PEMBAHASAN

Penelitian ini menunjukkan hasil adanya hubungan yang signifikan antar variabel dengan keseluruhan nilai *p-value* <0,001. Hal ini sesuai dengan hasil tinjauan teoritis dimana pengetahuan atau kognitif merupakan hal yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (*overt behavior*). Karena dari pengalaman dan penelitian ternyata perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng dari pada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan (Notoatmodjo, Pendidikan dan Perilaku Kesehatan, 2013).

Ibu hamil yang memiliki pengetahuan yang bagus cenderung tidak mengalami anemia karena pengetahuan mempengaruhi mereka dalam memilih berbagai jenis makanan yang akan dikonsumsi. Sehingga mereka akan berupaya dalam memenuhi kebutuhan nutrisi untuk meningkatkan kebutuhan akan zat besi. Akan tetapi remaja yang memiliki pengetahuan yang kurang cenderung mengalami anemia karena mereka tidak tahu jenis makanan yang dapat meningkatkan kejadian anemia dan jenis makanan yang dapat mencegah anemia (Nurhayati N, Perdani AL, Trismiyana E. 2019)

Pentingnya pengetahuan tentang anemia dan manfaat zat besi dan pencegahannya

terhadap kadar hemoglobin ibu hamil sehingga perlu dilakukan upaya untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil. Salah satunya dapat dilakukan melalui pemberian edukasi pada ibu hamil. Hasil penelitian yang sejalan menunjukkan bahwa pemberian edukasi gizi efektif dalam meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri ($p=0,001$). Kadar hemoglobin meningkat dari 12,7 g/dl menjadi 12,68 g/dl setelah diberikan intervensi pendidikan kesehatan. Pemberian pendidikan kesehatan akan berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan, sikap dan perilaku kesehatan pada remaja dalam pencegahan anemia (Ika Permanasari, *et al.* 2020)

Kepatuhan terhadap konsumsi Tablet Fe dapat di pengaruhi oleh pengetahuan, motivasi, pendidikan, budaya di masyarakat, serta dukungan keluarga, beberapa orang percaya bahwa kelebihan zat besi akan menyebabkan peningkatan tekanan darah dan bayi besar sehingga mempersulit persalinan, ibu hamil perlu mendapatkan dukungan berupa nasehat dan dorongan agar tidak menganggap bahwa mengkonsumsi tablet Fe bisa mempersulit persalinan, keluarga dapat memberikan dukungan dalam hal mengingatkan dan memantau langsung ibu hamil setiap hari agar mengkonsumsi tablet Fe (Kamidah, 2018).

Menurut Friedman (2013) Dukungan keluarga adalah sikap, tindakan dan penerimaan keluarga terhadap anggotanya. Anggota keluarga memandang bahwa orang yang bersifat mendukung selalu siap memberikan pertolongan dan bantuan jika diperlukan. Pada dasarnya seorang ibu sangat menginginkan kehamilan dan anak yang dikandungnya sehat. Agar keinginan ibu hamil dapat terwujud maka perlu dukungan dari keluarga. Karena keluarga merupakan orang yang sangat dekat dan sangat di percaya oleh ibu hamil. Dukungan tersebut berupa dorongan, motivasi, perhatian, atau pun bantuan yang dapat membuat ibu hamil merasa senang, aman, dan nyaman. Sehingga ibu hamil termotivasi untuk meningkatkan kesehatannya dengan mengkonsumsi tablet Fe yang diberikan oleh tenaga kesehatan secara teratur sebagai upaya pencegahan anemia selama kehamilan.

Dukungan keluarga yang terdekat dengan

ibu hamil adalah suami. Dukungan suami turut berperan penting dalam menentukan status kesehatan ibu. Suami merupakan keluarga inti dan orang yang paling dekat dengan ibu, sehingga dukungan suami menjadi hal yang sangat perlu dilakukan terhadap pencegahan anemia ibu hamil. Penelitian ini yang sejalan menemukan bahwa terdapat hubungan antara dukungan suami dengan kejadian anemia pada ibu hamil di puskesmas Toboali tahun 2022 dengan hasil uji statistik diperoleh nilai $p=0,012$. Hasil analisis diperoleh juga nilai $OR4,7(1,5-14,8)$, responden yang kurang mendapatkan dukungan dari suami berpeluang 4,7 kali mengalami anemia (Minarni, *et al.* 2023).

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Penelitian ini menggunakan desain observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Tujuan utama dalam penelitian ini untuk mengetahui hubungan pengetahuan tentang anemia dan manfaat zat besi serta dukungan keluarga terhadap kadar haemoglobin ibu hamil di wilayah pesisir. Dan diperoleh hasil yang signifikan antara hubungan variabelnya dengan keseluruhan nilai $p-value <0,001$.

Saran

Hasil penelitian ini nantinya diharapkan dapat menjadi pertimbangan tenaga kesehatan terkait dalam memberikan konseling maupun penyuluhan kepada ibu hamil agar lebih terfokus dalam memberikan edukasi tentang anemia dan dampaknya, serta pentingnya pendampingan keluarga selama ibu mengkonsumsi tablet tambah darah.

6. UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) Universitas Borneo Tarakan atas dukungan yang diberikan sehingga terselenggaranya kegiatan penelitian ini.

7. REFERENSI

Abidah, S. N. and Dwi Anggraini, F. (2021) „The Effect of Family Social Support on the Motivation of Pregnant Women in Maintaining Health During Pregnancy During the Covid-19 Pandemic“, *Embrio*,

- 13(2), pp. 108–114. doi: 10.36456/embrio.v13i2.3610.
- Aini, Q., Mufarika, M. and Aini, N. (2022) „Correlation between Pregnancy Anemia and Nutritional Status of Pregnant Women to the Case of Toddlers 2-5 Years Old with Stunting“, *Journal of Scientific Research, Education, and Technology (JSRET)*, 1(2), pp. 162–174. doi: 10.58526/jsret.v1i2.22.
- Aji, A. S. *et al.* (2020) „Prevalence of anemia and factors associated with pregnant women in West Sumatra, Indonesia: Findings from VDPM Cohort Study“, *Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia (Indonesian Journal of Nutrition and Dietetics)*, 7(3), p. 97. doi: 10.21927/ijnd.2019.7(3).97-106.
- Aredo, M. T., Demise, H. F. and Megersa, E. D. (2023) „Magnitude and factors associated with anemia among pregnant woman attending antenatal care in asella town arsi oromia, Ethiopia“, 9(1), pp. 14–21. doi: 10.15406/ipcb.2023.09.00273.
- Azmi, Umami, Y. P. (2022) „Literature Review : Risk Factors of Anemia in Pregnancy Women Journal for Quality in Public Health“, *Journal for Quality in Public Health*, 6(1), pp. 244–256. Available at: <https://jqph.org/index.php/JQPH/article/view/428>.
- Desta Ayu Cahya Rosyida, A. L. (2020) „Gambaran Faktor yang Mempengaruhi Pelaksanaan Imunisasi TT pada Ibu Hamil di Puskesmas Ngrandu Kabupaten Ponorogo“, *Journal of Health Sciences*, 13(2), pp. 172–179. doi: 10.33086/jhs.v13i2.1452.
- Farhan, K. and Dhanny, D. R. (2021) „Anemia Ibu Hamil dan Efeknya pada Bayi“, *Muhammadiyah Journal of Midwifery*, 2(1), p. 27. doi: 10.24853/myjm.2.1.27-33.
- Irmawati and Rosdianah (2020) *SARI KURMA DAPAT MENINGKATKAN HEMOGLOBIN IBU HAMIL*. Cetakan Pe. Edited by A. Baharuddin. Kab. Gowa: CV. CAHAYA BINTANG CEMERLANG.
- Kadir, N. A. *et al.* (2021) „Knowledge of oral iron consumption among pregnant women at Hospital Universiti Sains Malaysia“, *Malaysian Journal of Medicine and Health Sciences*, 17(9), pp. 107–117.
- Konje, E. T. *et al.* (2022) „High Prevalence of Anemia and Poor Compliance with Preventive Strategies among Pregnant Women in Mwanza City, Northwest Tanzania: A Hospital- Based Cross-Sectional Study“, *Nutrients*, 14(18). doi: 10.3390/nu14183850.
- Nurherliyany, M. (2022) „Ibu Hamil Sehat Tanpa Anemia“.
- Rachmawati, W. C. (2019) *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Malang: Penerbit Wineka Media.
- Rahayu, A. *et al.* (2019) *Metode Orkes-Ku (raport kesehatanku) dalam mengidentifikasi potensi kejadian anemia gizi pada remaja putri, CV Mine*.
- Septi Indah Permata Sari, Juraida Roito Harahap, S. H. (2016) *ANEMIA KEHAMILAN*. I. Pekanbaru: TAMAN KARYA.
- Stevens, G. A. *et al.* (2022) „National, regional, and global estimates of anaemia by severity in women and children for 2000–19: a pooled analysis of population-representative data“, *The Lancet Global Health*, 10(5), pp. e627–e639. doi: 10.1016/S2214-109X(22)00084-5.