

Hubungan Asupan Makanan Zat Besi (Fe) Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Desa Ketambe Kecamatan Ketambe Phokisen Aceh Tenggara

Putri Permata Sari(1), Ella Permata Sari(2)

(1)Prodi Diploma Tiga Kebidanan Universitas Nurul Hasanah Kutacane
(2)Mahasiswa Prodi Diploma Tiga Kebidanan Universitas Nurul Hasanah Kutacane

Putripermatasari1707@gmail.com

ABSTRAK

Tujuan penelitian terdiri dari dua yaitu tujuan umum untuk mengetahui hubungan asupan makanan zat besi (fe) dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Desa Ketambe Kecamatan Ketambe Phokisen Aceh Tenggara Tahun 2022 dan Tujuan khusus untuk mengetahui gambaran asupan makanan zat besi pada ibu hamil di Desa Ketambe Kecamatan Ketambe Phokisen Aceh Tenggara Tahun 2022, Untuk mengetahui gambaran kejadian anemia pada ibu hamil di Desa Ketambe Kecamatan Ketambe Phokisen Aceh Tenggara Tahun 2022, Untuk mengidentifikasi hubungan asupan makanan zat besi (Fe) dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Desa Ketambe Kecamatan Ketambe Phokisen Aceh Tenggara Tahun 2022. Hasil penelitian yang diperoleh dari 31 asupan gizi besi ibu hamil mayoritas kurang dengan asupan zat besi < 90 % AKG yaitu sebanyak 20 (dua puluh) orang (64,5 %) dan minoritas kelebihan dengan asupan zat besi > 119 % AKG yaitu sebanyak 4 empat) orang (12,9 %) dan angka kejadian anemia dengan kadar HB < 10.5 g/dl yaitu sebanyak 21 (dua puluh satu) orang (67,7 %) dan minoritas tidak anemia dengan kadar HB > 10.5 g/dl yaitu sebanyak 10 (sepuluh) orang (32,3 %).Analisa data dengan menggunakan uji Chi Square di peroleh p value sebesar 0,000 (p value< 0,05). Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan asupan makanan zat besi (Fe) dengan kejadian anemiadi Desa Ketambe Kecamatan Ketambe Phokisen Aceh Tenggara Tahun 2022. Saran kepada puskesmas agar lebih menekankan kepada kader-kader desa untuk meningkatkan kegiatan dan program mengenai kebutuhan asupan zat besi selama kehamilan dan pentingnya mengkonsumsi makanan yang mengandung zat besi yang tinggi dalam masa kehamilan serta tentang anemia

Kata Kunci : Asupan Makanan, Zat Besi (Fe), Anemia

ABSTRACT

The research objectives consist of two, namely the general objective to determine the relationship between dietary iron (Fe) intake and the incidence of anemia. anemia in pregnant women in Ketambe Village, Ketambe Phokisen District, Southeast Aceh in 2022 and the specific aim is to find out the picture of dietary iron intake in pregnant women in Ketambe Village, Ketambe Phokisen District, Southeast Aceh in 2022. To get a picture of the incidence of anemia in pregnant women in Ketambe Village, District Ketambe Phokisen, Southeast Aceh in 2022, to identify the relationship between food intake of iron (Fe) and the incidence of anemia in pregnant women in Ketambe Village, Ketambe Phokisen District, Southeast Aceh in 2022. The research results obtained from 31 pregnant women's iron nutritional intake were the majority being less than the iron intake. iron < 90% RDA, namely 20 (twenty) people (64.5%) and an excess minority with iron intake > 119% RDA, namely 4 four) people (12.9%) and the incidence of anemia with HB levels < 10.5 g/dl, namely 21 (twenty one) people (67.7%) and the minority were not anemic with HB levels > 10.5 g/dl, namely 10 (ten) people (32.3%). Data analysis using the test Chi Square obtained a p value of 0.000 (p value <0.05). The results of the research show that there is a relationship between food intake of iron (Fe) and the incidence of anemia in Ketambe Village, Ketambe Phokisen District, Southeast Aceh in 2022. Suggestions for community health centers to place more emphasis on village cadres to increase activities and programs regarding the need for iron intake during pregnancy and its importance. consuming foods that contain high levels of iron during pregnancy and anemia

Keywords: Food Intake, Iron (Fe), Anemia.

I. PENDAHULUAN

1. Latar Belakang

Salah satu ciri negara yang sedang berkembang adalah masalah kesehatan yang masih rendah. Di negara Indonesia rendahnya kesehatan ditandai dengan masih tingginya angka kematian pada ibu. Menurut data yang diperoleh dari World Health Organization (WHO) 2002, anemia merupakan salah satu masalah yang memberikan kontribusi peningkatan Angka Kematian Ibu (AKI) dan Angka Kematian Bayi (AKB) di Indonesia. Menurut WHO terdapat 40 % kematian ibu di negara berkembang berkaitan dengan anemia dalam kehamilan. Di Indonesia sebagian besar anemia ini disebabkan karena kekurangan zat besi (Fe) hingga disebut anemia kekurangan zat besi atau anemia gizi besi. Anemia defisiensi besi merupakan urutan pertama, selain anemia aplastik, dan anemia defisiensi asam folat. Anemia adalah suatu keadaan kadar hemoglobin di dalam darah kurang dari nilai normal. Ibu hamil dianggap mengalami anemia bila kadar Hb-nya di bawah 11,0 g/dl. Kelompok ibu hamil (bumil) merupakan salah satu kelompok yang berisiko tinggi mengalami anemia, meskipun anemia yang dialami umumnya merupakan anemia relatif akibat perubahan fisiologis tubuh selama kehamilan. 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 keadaan tidak hamil, kebutuhan zat besi biasanya dapat dipenuhi dari menu makanan sehat dan seimbang. Tetapi dalam keadaan hamil, suplai zat besi dari makanan masih belum mencukupi sehingga dibutuhkan suplemen berupa tablet besi (Depkes RI, 2009). Suplementasi tablet besi merupakan salah satu cara yang bermanfaat dalam mengatasi anemia. Zat besi sangat dibutuhkan oleh ibu hamil untuk mencegah terjadinya anemia dan menjaga pertumbuhan janin secara optimal. Menurut data WHO (2005) prevalensi anemia pada ibu hamil secara global mencapai 41,8% atau sekitar 56 juta ibu hamil. WHO menyebutkan bahwa 50% anemia pada ibu hamil disebabkan karena defisiensi zat besi. Prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia masih tergolong tinggi. Hal ini ditunjukkan oleh data dari Riskesdas 2013 di ketahui bahwa prevalensi Anemia pada populasi ibu hamil adalah sebesar 37,1 % dan prevalensinya hampir sama antara bumil di perkotaan (36,4%) dan perdesaan (37,8%). Hal ini menunjukkan angka tersebut mendekati masalah kesehatan masyarakat berat (severe public health problem) dengan batas prevalensi anemia ≥ 40 persen. Berdasarkan hasil survei awal yang telah dilakukan di Juni 2022 diketahui data jumlah ibu hamil pada tahun 2022 sebanyak 122 orang, dan ditemukan ibu hamil dengan anemia sebanyak 29 orang (24 %) dengan rata-rata berat badan prahamil adalah kurang dari 50 kg dengan kadar Hb dibawah 10,5 gr%.

2. Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang masalah, peneliti membuat permasalahan dalam penelitian ini yaitu Hubungan Asupan Makanan Zat Besi (Fe) Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Desa Ketambe Kecamatan Ketambe Phokisen Aceh Tenggara Tahun 2022.

Permata Sari Putri : Hubungan Asupan Makanan Zat Besi (Fe) Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Desa Ketambe Kecamatan Ketambe Phokisen Aceh Tenggara.

3. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk masukan data/informasi serta referensi bagi peneliti selanjutnya, Memberikan informasi tentang hubungan asupan makanan zat besi (Fe) dengan kejadian anemia pada ibu hamil, pengalaman dan wawasan tentang hubungan asupan zat besi dengan kejadian anemia pada ibu hamil dan penerapan hasil studi.

4. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini adalah untuk mengaplikasikan data hasil penelitian dari Hubungan Pola Asuh Gizi Dengan Status Gizi Balita Di Desa Prapat Batu Nunggul Kecamatan Lawe Alas Kabupaten Aceh Tenggara Tahun 2022.

II. METODE

2.1 Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif korelasi yang bertujuan untuk mengetahui hubungan asupan makanan zat besi dengan kejadian anemia pada ibu hamil. Studi korelasi sendiri merupakan studi yang bertujuan untuk menemukan ada tidaknya hubungan (Arikunto, 2006).

2.2 Lokasi dan Waktu Penelitian

2.2.1 Lokasi

Penelitian dilakukan di Desa Ketambe Kecamatan Ketambe Phokisen Aceh Tenggara Tahun 2022.

2.2.2 Waktu

Waktu penelitiandiadakan pada bulan Juni 2022.

2.3 Populasi dan Sampel Penelitian

2.3.1 Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil Trimester II dan III diwilayah Desa Bunga Melur Kecamatan Deleng Phokisen Aceh Tenggara Turi Kabupaten Binjai Utara Tahun 2022 yaitu sebanyak 31 orang.

2.3.2 Sampel

Sampel adalah bagian dari populasi yang akan diteliti. Dalam penelitian ini penentuan sampel yang digunakan adalah total sampling atau seluruh populasi merupakan sampel. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester II dan III menjadi objek penelitian di Desa Bunga Melur Kecamatan Deleng Phokisen Aceh Tenggara Turi Kabupaten Binjai Utara 2022.

2.4 Defenisi Operasional

Defenisi Operasional adalah mendefenisikan variabel secara operasional berdasarkan karakteristik yang diamati ketika mengalami pengukuran secara cermat terhadap suatu objek atau fenomena. (Aziz, 2007)

1. Asupan zat besi adalah rata-rata jumlah zat besi yang dikonsumsi ibu hamil berupa makanan dalam sehari dengan angka kecukupan gizi besi yang dianjurkan yaitu 30 mg/hari.
2. Anemia pada kehamilan adalah kondisi ibu hamil dengan kadar Hb kurang dari 10.5 g/dl.

III. HASIL PENELITIAN

3.1. Karakteristik Responden

Tabel 3.1 Distribusi Responden Berdasarkan Karakteristik Di Desa Bunga Melur Kecamatan Deleng Phokisen Aceh Tenggara

Permata Sari Putri : Hubungan Asupan Makanan Zat Besi (Fe) Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Desa Ketambe Kecamatan Ketambe Phokisen Aceh Tenggara.

No	Karakteristik Responden	Keterangan	Jumlah	Persentase
1	Umur	15-20	2	6,5
		21-25	13	41,9
		26-30	10	32,3
		31-35	6	19,4
Total			31	100,0
2	Pendidikan	SD	1	3,2
		SLTP	3	9,7
		SLTA	19	61,3
		Pendidikan tinggi	8	25,8
Total			31	100,0
3	Pekerjaan	IRT	18	58,1
		Wiraswasta	8	25,8
		Pegawai Swasta Karyawan	3	9,7
		PNS	2	6,5
Total			31	100,0
4	Gravida/Anak ke	1	8	25,8
		2	9	29,0
		3	7	22,6
		4	4	12,9
		5	3	9,7
Total			31	100,0
5	Usia kehamilan	Trimester II	19	61,3
		Trimester III	12	38,7
Total			31	100,0

Dari tabel di atas dapat diketahui distribusi responden berdasarkan karakteristik umur mayoritas berumur 21-25 tahun sebanyak 13 (tiga belas) orang (41,9 %) dan minoritas berumur 15-20 sebanyak 2 (dua) orang (6,5 %), berdasarkan karakteristik pendidikan responden mayoritas berpendidikan SLTA sebanyak 19 (sembilan belas) orang (61,3 %) dan minoritas berpendidikan SD sebanyak 1 (satu) orang (3,2 %), berdasarkan karakteristik pekerjaan mayoritas IRT sebanyak 18 (delapan belas) orang (58,1 %) dan minoritas PNS sebanyak 2 (dua) orang (6,5 %), berdasarkan karakteristik Gravida/Kehamilan mayoritas kehamilan ke 2 sebanyak 9 (sembilan) orang (29,0 %) dan kehamilan ke 5 sebanyak 3 (tiga) orang (9,7 %) dan berdasarkan karakteristik usia kehamilan mayoritas trimester II sebanyak 19 (sembilan belas) orang (61,3 %) dan minoritas adalah trimester III sebanyak 12 (dua belas) orang (38,7 %).

3.2. Asupan Gizi Zat Besi Ibu Hamil

Tabel 3.2. Distribusi frekuensi Jawaban Responden Dalam Asupan Makanan dan Perolehan Tablet Besi Ibu Hamil Di Desa Bunga Melur Kecamatan Deleng Phokisen Aceh Tenggara

No	Pernyataan	Jawaban				Total	
		Ya		Tidak		F (%)	
		f	(%)	f	(%)		

Permata Sari Putri : Hubungan Asupan Makanan Zat Besi (Fe) Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Desa Ketambe Kecamatan Ketambe Phokisen Aceh Tenggara.

1	Ibu pernah mendengar tentang tablet zat besi	13	41,9	18	58,1	31	100
2	Selalu patuh mengkonsumsi tablet zat besi secara teratur	13	41,9	18	58,1	31	100
3	Ibu mengkonsumsi tablet zat besi sekali dalam sehari	13	41,9	18	58,1	31	100
4	Jumlah tablet zat besi ibu peroleh saat kunjungan ke posyandu atau puskesmas	13	41,9	18	58,1	31	100
5	Jumlah tablet besi yang telah anda minum selama kehamilan	13	41,9	18	58,1	31	100
6	Ibu menghabiskan 6 gelas nasi atau pengganti seperti serelia, dan mie dalam sehari	17	54,8	14	45,2	31	100
7	Ibu mengkonsumsi sayuran hijau 3 gelas dalam sehari dan menghabiskanya	7	22,6	24	77,4	31	100
8	Ibu mengkonsumsi buah-buahan 4 potong dalam sehari dan menghabiskanya	0	0	31	100	31	100
9	Ibu mengkonsumsi 3 potong daging/ikan dalam sehari dan menghabiskanya	24	77,4	7	22,6	31	100
10	Ibu mengkonsumsi susu 2 gelas dalam sehari dan menghabiskanya	5	16,1	26	83,9	31	100

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa hanya 13 (tiga belas) orang (41,9 %) responden yang mengetahui dan mengkonsumsi tablet besi dan yang patuh sebanyak 10 (sepuluh) orang dan tidak patuh yaitu sebanyak 3 (tiga) orang, berdasarkan asupan sayuran mayoritas tidak memenuhi 3 gelas dalam sehari yaitu sebanyak 24 (dua puluh empat) orang (77,4 %), berdasarkan asupan buah mayoritas tidak ada yang memenuhi 4 potong dalam sehari dan berdasarkan asupan susu mayoritas tidak mengkonsumsi yaitu sebanyak 26 (dua puluh enam) orang (83,9 %).

Tabel 3.3. Distribusi Asupan Gizi Besi Ibu Hamil Di Desa Bunga Melur Kecamatan Deleng Phokisen Aceh Tenggara

No	Asupan Zat Besi (Fe)	Frekuensi	Persentase (%)
1	Kurang (< 90 % AKG)	20	64,5
2	Normal (90-119 % AKG)	7	22,6
3	Kelebihan (> 119 % AKG)	4	12,9
Total		31	100,0

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa asupan gizi besi ibu hamil mayoritas kurang dengan asupan zat besi < 90 % AKG yaitu sebanyak 20 (dua puluh) orang (64,5%) dan minoritas kelebihan dengan asupan zat besi > 119 % AKG yaitu sebanyak 4 (empat) orang (12,9 %).

Permata Sari Putri : Hubungan Asupan Makanan Zat Besi (Fe) Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Desa Ketambe Kecamatan Ketambe Phokisen Aceh Tenggara.

3.4. Kejadian Anemia

Tabel 43.4. Distribusi Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Desa Bunga Melur Kecamatan Deleng Phokisen Aceh Tenggara

No	Kejadian Anemia	Frekuensi	Persentase (%)
1	Anemia (< 10.5 g/dl)	21	67,7
2	Tidak anemia (> 10.5 g/dl)	10	32,3
Total		31	100,0

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa angka kejadian anemia pada ibu hamil mayoritas mengalami anemia dengan kadar HB < 10.5 g/dl yaitu sebanyak 21 (dua puluh satu) orang (67,7 %) dan minoritas tidak anemia dengan kadar HB > 10.5 g/dl yaitu sebanyak 10 (sepuluh) orang (32,3 %)

IV. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Pada Ibu Hamil Di Desa Ketambe Kecamatan Ketambe Phokisen Aceh Tenggara dengan jumlah sampel sebanyak 31 responden dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Asupan gizi besi ibu hamil mayoritas kurang dengan asupan zat besi < 90 % AKG yaitu sebanyak 20 (dua puluh) orang (64,5 %) dan minoritas kelebihan dengan asupan zat besi > 119 % AKG yaitu sebanyak 4 empat) orang (12,9 %).
2. Angka kejadian anemia dengan kadar HB < 10.5 g/dl yaitu sebanyak 21 (dua puluh satu) orang (67,7 %) dan minoritas tidak anemia dengan kadar HB > 10.5 g/dl yaitu sebanyak 10 (sepuluh) orang (32,3 %).
3. Ada Hubungan Asupan Makanan Zat Besi (Fe) Dengan Kejadian Anemia dengan nilai signifikansi p-value sebesar 0,00 ($P < 0,05$).

DAFTAR PUSTAKA

- Alimul, A., 2007. Riset Keperawatan Dan Teknik Penulisan Ilmiah, Jakarta: Salemba Medika.
- Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Ri, 2010. Laporan Nasional Riset (Riskesdas).
- Hadrawi, W., 2011. Hubungan Tingkat Konsumsi Zat Besi dan Tingkat Konsumsi Protein Dengan Kadar Hb Pada Ibu Hamil Di Kelurahan Tirta Kec. Pekalongan Barat Kota Pekalongan.
- Hasanah, U., 2012. Hubungan Asupan Tablet Besi Dan Asupan Makanan Dengan Kejadian Anemia Pada Kehamilan Di Puskesmas Mojotengah Kab. Wonosobo Tahun 2012. Skripsi, FKM: UI
- Kemendes RI, 2012. Buku Laporan Menuju Pelayanan Gizi Perseorangan Dan Masyarakat Yang Bermutu..
- Notoatmodjo, S., 2003. Kesehatan Masyarakat Ilmu Dan Seni, Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S., 2010. Metodologi Penelitian, Jakarta: Rineka Cipta.
- Penuntun diit., 1997. Gizi RSCM & Persatuan Ahli Gizi Indonesia.
- Seri Ani, L., 2022. Anemia Defisiensi Besi, Jakarta: EGC.
- Setiadi, 2007. Konsep Dan Penulisan Riset Keperawatan, Yogyakarta: Graha Ilmu.

Permata Sari Putri : Hubungan Asupan Makanan Zat Besi (Fe) Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Desa Ketambe Kecamatan Ketambe Phokisen Aceh Tenggara.

Sinaga, E., 2015. Hubungan Asupan Protein Dan Zat Besi Dengan Status Anemia Pada Ibu Hamil Di Desa Naga Timbul Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang.

Sitimariah, 2011. Pedoman Umum Gizi Seimbang. [Online]. Dari : [http:// www.Sitimariahsgz. Blogspot.com](http://www.Sitimariahsgz.Blogspot.com).

Tarwoto.,2007. Anemia Pada Ibu Hamil, Jakarta: Trans Info Media.

Accepted Date	Revised Date	Decided Date	Accepted to Publish
12 Juni 2022	28 Juni 2022	18 Juli 2022	Ya