

**PENGARUH POLA MAKAN DAN KEPATUHAN IBU HAMIL
MENGKONSUMSITABLET ZAT BESI TERHADAP KADAR HEMOGLOBIN
DIKECAMATAN TARUTUNG KABUPATEN TAPANULI UTARA TAHUN
2017**

Nurlela Mariana Nababan

Dosen Akademi Keperawatan Pemerintah Kabupaten Tapanuli Utara

(Naskah diterima: 12 Juni 2018, disetujui: 12 Juli 2018)

Abstract

Haemoglobin level is the measuring of pigmenrespiratoricin red blood cells. Mothers' haemoglobin level effect the weight of the baby. The pregnant women with low Haemoglobin level will danger the mothers and the babies. It is caused by the less of nutrition supply and oxygen to the placenta and effect the function of placenta for the fetus. This is an observasional analitic study with cross sectional approach. This study is aimed to find out the effect of mothers' eating pattern and the obidience of consuming Fe tablet to the haemoglobin level in Puskesmas Hutabaginda Kabupaten Tapanuli Utara. The population is all pregnant women who examined their pregnancy and got Fe tablet in Puskesmas Hutabaginda Kecamatan Tarutung in 2017 around 60 persons, and they become the samples. The data were collected by questionnaire ans interview. The data were analyzed usingunivariate, bivariate, and multivariate. The result of the study show that there is effect between eating pattern pattern and haemoglobin level with p value = 0,000, and there is effect between mothers' obidience in consuming Fe tablets and haemoglobin level with p value = 0,000. He most effected variable is the mothers' obidience in consumingg Fe tablet ($p = 0,000$; $OR = 17,6$). It means that the mothers who don't consume the Fe tablet regularly have the risk17,584 bigger to have low haemoglobin level than the mothers who consume regularly. Therefore it is suggested to the Puskesmas Tarutung staff to give counselling about eating pattern and the obidience of consuming Fe tablets so the pregnant women and the babies will be healthy.

Key words : *Haemoglobin level, eating pattern, obidience, Fe tablet*

Abstrak

Tingkat hemoglobin adalah ukuran pigmenrespiratoricin sel darah merah. Tingkat hemoglobin ibu memengaruhi berat bayi. Wanita hamil dengan kadar hemoglobin yang rendah akan membahayakan ibu dan bayinya. Hal ini disebabkan oleh kurangnya pasokan nutrisi dan oksigen ke plasenta dan mempengaruhi fungsi plasenta bagi janin. Ini merupakan penelitian observasional analitik dengan pendekatan cross sectional. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pola makan ibu dan kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe terhadap kadar hemoglobin di Puskesmas Hutabaginda Kabupaten Tapanuli Utara. Populasinya adalah semua ibu hamil yang memeriksa kehamilannya dan mendapat tablet Fe di Puskesmas Hutabaginda Kecamatan. Tarutung pada tahun 2017 sekitar 60 orang, dan mereka menjadi sampel. Data

dikumpulkan dengan kuesioner dan wawancara. Data dianalisis menggunakan univariat, bivariat, dan multivariat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh antara pola makan dan kadar hemoglobin dengan nilai $p = 0,000$, dan ada pengaruh antara obstruksi ibu dalam mengkonsumsi tablet Fe dan kadar hemoglobin dengan nilai $p = 0,000$. Variabel yang paling berpengaruh adalah obstruksi ibu dalam mengkonsumsi tablet Fe ($p = 0,000$; OR = 17,6). Ini berarti ibu yang tidak mengonsumsi tablet Fe secara teratur memiliki risiko 17,584 lebih besar untuk memiliki tingkat hemoglobin yang rendah dibandingkan ibu yang mengonsumsi secara teratur. Oleh karena itu disarankan kepada staf Puskesmas Tarutung untuk memberikan penyuluhan tentang pola makan dan obyektivitas mengkonsumsi tablet Fe sehingga ibu hamil dan bayi akan sehat.

Kata kunci: Tingkat hemoglobin, pola makan, obidience, tablet Fe

I. PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan masa yang rawan kesehatan, baik kesehatan ibu maupun janin yang dikandungnya sehingga dalam masa kehamilan perlu dilakukan pemeriksaan secara teratur. Hal ini dilakukan guna menghindari gangguan sedini mungkin dan segala sesuatu yang membahayakan terhadap kesehatan ibu dan janin yang dikandungnya. Walaupun kehamilan merupakan peristiwa yang normal, namun secara tiba-tiba dapat menjadi beresiko tinggi dan merupakan keadaan yang sangat berbahaya serta mungkin menjadi penyebab kematian ibu yang sedang hamil tersebut (Depkes RI, 2006).

Angka kematian ibu merupakan salah satu indikator keberhasilan layanan kesehatan di suatu Negara. Kematian ibu dapat terjadi karena beberapa sebab, diantaranya karena

anemia. Anemia merupakan suatu kondisi yang terjadi ketika jumlah sel darah merah dan / atau jumlah hemoglobin yang ditemukan dalam sel sel darah merah menurun dibawah normal. Hemoglobin merupakan parameter yang digunakan secara luas untuk menetapkan prevalensi anemia. Pada ibu hamil akan terjadi penurunan kadar hemoglobin karena penambahan cairan tubuh yang tidak sebanding dengan massa sel darah merah. Penurunan ini terjadi sejak usia kehamilan 8 minggu sampai 32 minggu sehingga ibu hamil itu mengalami anemia. Prevalensi anemia ini yang tinggi menyerang hampir seluruh kelompok umur di masyarakat. Salah satu kelompok masyarakat yang memiliki prevalensi anemia tinggi adalah kelompok wanita hamil.

Angka kejadian anemia pada wanita hamil di dunia diperkirakan mencapai 41,8%

(WHO, 2012). Lebih dari sepertiga penduduk dunia (sekitar 2 milyar orang) menderita anemia terutama kelompok rentan seperti ibu hamil dan anak-anak usia dibawah 2 tahun. Prevalensi ibu hamil anemia lebih tinggi dinegara berkembang dibandingkan negara maju yang berkisar antara 37-75% di Asia 35-72% di Afrika, dan 37-52% di Amerika Latin. Anemia biasanya lebih tinggi di daerah pedesaan dari pada perkotaan (WHO, 2002).

Berdasarkan Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) 2007, Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia berada pada angka 248/100.000 kelahiran hidup, sedangkan di Jawa Timur AKI 68/ 100.000 KH. Berdasarkan Riskesdas 2013, terdapat 37,1% ibu hamil anemia, yaitu ibu hamil dengan kadar Hb kurang dari 11,0 gram/dl, dengan proporsi yang hampir sama antara di kawasan perkotaan (36,4%) dan pedesaan (37,8%).

Berdasarkan Profil Kesehatan Sumatera Utara tahun 2010, survei anemia yang dilaksanakan tahun 2010 di 4 (empat) kabupaten/kota di Sumatera Utara, yaitu Kota Medan, Binjai, Deli Serdang dan Langkat diketahui bahwa 40,50% wanita hamil menderita anemia (Dinkes Propsu, 2011). Menurut data RSUD Tarutung tahun 2012 ditemukan angka kejadian anemia sebanyak 21

kasus dari 105 ibu yang melahirkan, pada tahun 2013 ditemukan 13 kasus dari 92 ibu melahirkan dan pada tahun 2014 sampai dengan bulan Juli ditemukan angka kejadian anemia sebanyak 15 kasus dari 96 ibu melahirkan (1,5%) (Medical Record RSUD Tarutung, 2014).

Angka Kematian Ibu yang masih tinggi dipengaruhi oleh banyak faktor, baik itu kematian ibu pada saat masa kehamilan, persalinan dan nifas yang tidak ditangani dengan baik dan tepat waktu. Secara tidak langsung kematian ibu dapat disebabkan karena perdarahan, eklamsi, sepsis pasca persalinan, komplikasi aborsi dan lain-lain. Penyebab terbesar anemia gizi besi adalah berkurangnya asupan gizi yang berhubungan dengan pola makan yang tidak baik akibat ketidaktahuan dan ketidakmampuan. Pola makan yang salah pada ibu hamil membawa dampak terhadap terjadinya gangguan gizi antara lain anemia (Dhuha, 2012).

Dengan pola makan yang benar dan tepat dapat menjadi salah satu jalan untuk pencegahan terjadinya anemia. Pada prinsipnya pola makan yang baik untuk ibu hamil adalah pola makan yang memiliki asupan gizi seimbang, beragam bervariasi. (Sholihah, 2005). Pola makanan sehat dengan menu

seimbang sangat penting untuk perkembangan janin dalam kandungan. Tetapi kadang kala calon ibu kurang memperhatikan hal tersebut (Proverawati, 2010).

Anemia sendiri dapat dicegah dengan pemberian nutrisi yang baik serta pemberian tablet Fe secara teratur. Atas rekomendasi UNICEF dan WHO, Depkes RI membuat suatu kebijakan konsumsi minimal 90 suplementasi tablet folat besi pada perempuan selama masa kehamilan untuk mengatasi AKB, MMR.

Sumber terbaik Fe adalah makanan hewani, seperti daging, ayam dan ikan. Sumber baik lainnya adalah telur, sereal tumbuk, kacang-kacangan, sayuran hijau dan beberapa jenis buah.

Pada hasil penelitian Fatimah (2011) dikatakan bahwa ada hubungan pola konsumsi dengan kadar Hemoglobin di Kabupaten Maros Sulawesi. Menurut penelitian Dhuha (2012) mengatakan bahwa setelah dilakukan edukasi gizi, status anemi secara keseluruhan mengalami penurunan, dari 100% menjadi 31,2%. Ini berarti, ada pengaruh edukasi gizi terhadap perbaikan kadar Hb ibu hamil.

Kepatuhan mengkonsumsi tablet zat besi diukur dari ketepatan jumlah tablet yang dikonsumsi perhari. Ketidakpatuhan ibu hamil

meminum tablet zat besi dapat memiliki peluang yang lebih besar untuk terkena anemia (Purwaningsih, dkk., 2004).

Menurut penelitian Sadariah tahun 2012, di Puskesmas Bara-Baraya diperoleh bahwadari 110 sampel ibu hamil terdapat 43 (39,9 %) ibu hamil yang menderita anemia. Didapatkan 16 (37,2 %) ibu yang tidak patuh dalam konsumsi tablet zat besi. Dari penelitian yang dilakukan di Puskesmas di Yogyakarta, sekitar 40%-50% ibu tidak patuh minum tablet Fe.

Dari survey pendahuluan yang dilakukan pada bulan Maret 2017, didapatkan di Wilayah Kerja Puskesmas Hutabaginda dengan 8 desa didapat dari data sekunder jumlah ibu hamil bulan Maret sampai dengan Mei tahun 2017 sebanyak 32 ibu hamil trimester II dan III dimana diantara ibu hamil tersebut ditemukan 8 ibu hamil memiliki kadar Hb dibawah normal dan Ibu hamil tersebut mengatakan tidak patuh dalam mengkonsumsi tablet zat besi yaitu sebanyak 90 tablet dan juga pola makan yang tidak baik seperti tidak makan daging, sayur serta buah.

Hal inilah yang melatarbelakangi peneliti untuk mengetahui berapa banyak ibu hamil yang mengalami kadar Hb dibawah normal yang dipengaruhi oleh pola makan yang

tidak baik dan ketidakpatuhan mengkonsumsi tablet besi di Kecamatan Tarutung agar dapat melakukan pencegahan dan penanggulangan terhadap komplikasi yang terjadi akibat kadar Hb dibawah normal bagi ibu hamil dan janinnya.

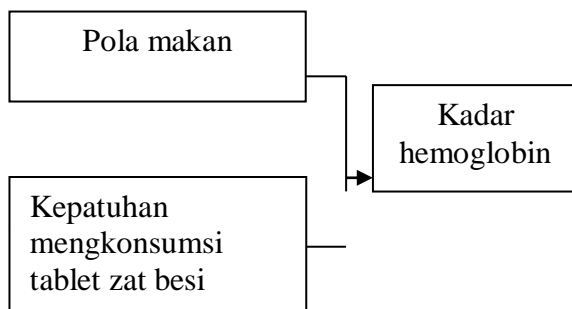
II. TINJAUAN PUSTAKA

Kerangka Konsep

Dari ruang lingkup dan kerangka teori tersebut akan diteliti variabel-variabel yang ada dalam penelitian ini.

Variabel bebas

Variabel terikat



Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian observasional analitik dengan pendekatan design cross sectional, dimana pengukuran atau pengamatan dilakukan pada saat bersamaan pada data variabel independen dan dependen (sekali waktu). Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan pengaruh pola makan dan kepatuhan ibu mengkonsumsi tablet besi terhadap kadar hemoglobin di Wilayah Kerja Puskesmas Hutabaginda Kabupaten Tapanuli Utara Tahun 2017.

Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Wilayah Kerja Puskesmas Hutabaginda yang salah satu tempat terjadinya Anemia pada Ibu hamil.

Waktu penelitian dilaksanakan pada Bulan Mei 2017

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu hamil yang pernah melakukan pemeriksaan kehamilan dan mendapatkan tablet Fe di Puskesmas Hutabaginda Kecamatan Tarutung tahun 2017. Populasi yang didapat mulai bulan Juli 2017 hingga Januari 2018 adalah sejumlah 60 orang ibu hamil sehingga semuanya dijadikan sampel penelitian.

Sampel merupakan sebagian atau yang mewakili dari populasi yang diteliti (Arikunto, 2002). Sampel dalam penelitian ini adalah total populasi sebanyak 60 orang.

III. METODOLOGI PENELITIAN

Metode Pengumpulan Data

1. Data Primer

Data primer diperoleh secara langsung dari ibu hamil dengan menggunakan kuesioner

yang telah disusun dan mengacu pada variabel yang diteliti dan mengukur langsung kadar Hb ibu hamil dengan menggunakan alat Hemoglobinometer dan juga dengan melakukan wawancara langsung kepada responden.

2. Data Sekunder

Data sekunder merupakan data yang diperoleh dari catatan atau dokumen dari Puskesmas Huta Baginda Kabupaten Tapanuli Utara.

1.4 Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Hasil Ukur	Skala
Kadar hemoglobin	Penilaian Hb ibu hamil dengan menggunakan alat hematology metri yang dikategorikan dalam bentuk kategori yaitu kategori normal dan tidak normal.	1. Normal jika kadar Hb \geq 11 gr/dL 2. Tidak Normal jika kadar Hb $<$ 11 gr/dL	Ordinal
Pola makan Ibu hamil	Kebiasaan ibu hamil dalam mengonsumsi makanan yang dilihat dari jenis makanan, jumlah dan frekuensi makanan	1 Kurang 2 Baik 3 Lebih	Ordinal

Kepatuhan mengkons umsi tablet zat besi	Ketaatan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet zat besi yang dilihat dari usia kehamilan ibu	1. Patuh 2. Tidak patuh	Ordinal
---	---	----------------------------	---------

Aspek Pengukuran Data

Metode pengukuran variable yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Pola Makan Ibu Hamil

Pengukuran pola makan dengan menggunakan metode *food frequency* untuk mendapatkan data tentang frekuensi makan dan jumlah makan sehari-hari dengan kategori sebagai berikut :

- Pola makan kurang apabila kebutuhan zat gizi makro yang terdiri dari karbohidrat (nasi, mie, ubi) = $<$ 3 piring, lauk pauk (ikan, tempe, tahu) = $<$ 3 potong, daging = $<$ 3 potong, minyak = $<$ 5 sdm, sayur = $<$ 1,5 mangkok, buah = $<$ 6 potong, susu = $<$ 12 sdm.
- Pola makan baik apabila kebutuhan zat gizi makro yang terdiri dari karbohidrat (nasi, mie, ubi) = 300 gr, lauk pauk (ikan, tempe, tahu) = 3 piring, daging = 3 potong, minyak = 5 sdm, sayur = 1,5 mangkok, buah = potong, susu = 12 sdm.
- Pola makan lebih apabila kebutuhan zat gizi makro yang terdiri dari karbohidrat

(nasi, mie, ubi) = > 3 piring, lauk pauk (ikan, tempe, tahu) = > 3 potong, daging = > 3 potong, minyak = > 5 sdm, sayur = > 1,5 mangkok, buah = > 6 potong, susu = > 12 sdm.

2. Kepatuhan mengkonsumsi tablet besi dapat dikategorikan sebagai berikut :

- a. Patuh jika jumlah tablet besi sesuai berdasarkan usia kehamilan yang meliputi trimester I = 30, trimester II = 30 dan trimester III = mayoritas 30 tablet.
- b. Tidak patuh jika jumlah tablet besi tidak sesuai berdasarkan usia kehamilan.

Pengukuran variabel dependen yaitu kejadian anemia dilakukan dengan cara mengukur langsung kadar Hb ibu hamil dengan alat, kemudian dikategorikan menjadi :

- a. Normal, jika kadar Hb ibu hamil ≥ 11 gr/dL
- b. Tidak normal, jika kadar ibu hamil < 11 gr/Dl

Metode Pengolahan Data

Pengolahan merupakan salah satu bagian rangkaian kegiatan setelah pengumpulan data (Hastono, 2007).

Pengolahan data dilakukan dengan tahapan sebagai berikut :

1. *Editing*, yaitu penyuntingan data yang dilakukan untuk menghindari kesalahan

atau kemungkinan adanya kuesioner belum terisi yang meliputi umur, pendidikan, pekerjaan, usia kehamilan dan konsumsi tablet besi.

2. *Coding*, yaitu untuk memudahkan proses entri data tiap jawaban diberi kode dan skor yang meliputi umur yaitu 1: ≤ 20 tahun, 2: 21-35 tahun, 3: ≥ 35 tahun. Pendidikan yaitu 1 : rendah (SD, SMP), 2 : menengah (SMA/SMK), dan 3 : tinggi (D3/S1), usia kehamilan yaitu : 1 : trimester I, 2 : trimester II , 3 : trimester III. Konsumsi tablet besi yaitu : 1 : trimester I (30 tablet), 2 : trimester II (60 tablet), 3 : trimester III (90 tablet). Pola makan yaitu 1 : kurang, 2 = baik, 3 = lebih. Kepatuhan mengkonsumsi tablet besi yaitu 1 : patuh, 2 : tidak patuh. Kadar Hb ibu hamil yaitu 1 : normal, 2 : tidak normal.
3. *Tabulating*. Membuat tabulasi termasuk dalam kerja memproses data. Membuat tabulasi tidak lain dari memasukkan data ke dalam tabel.

Metode Analisis Data

1. Analisis Univariat

Analisis univariat dilakukan untuk mendapatkan gambaran tentang distribusi frekuensi masing-masing variabel independen

yang meliputi pola makan dan kepatuhan ibu hamil mengkonsumsi tablet besi. Variabel dependen kejadian anemia pada ibu hamil.

2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat digunakan untuk melihat sejauh mana hubungan variable independen yaitu pola makan dan kepatuhan ibu hamil mengkonsumsi tablet besi dengan variabel dependen kejadian anemia. Analisis bivariat menggunakan uji chi square pada taraf kepercayaan 95%. Uji chi square digunakan untuk memilih variabel sebagai kandidat yang mempunyai nilai signifikan $< 0,05$ masuk sebagai model dalam regresi logistic berganda (multiple regresi logistic).

3. Analisis Multivariat

Analisis multivariat adalah untuk melihat pengaruh antara variable independen pola makan dan kepatuhan ibu hamil mengkonsumsi tablet besi dengan variabel dependen kejadian anemia, sehingga diketahui variabel independen yang mana dominan berpengaruh terhadap variable dependen dengan menggunakan regresi logistik. Variabel yang akan dimasukkan ke dalam analisis logistik adalah variabel yang ada pada analisis bivariat mempunyai nilai $p < 0,25$ ini merupakan syarat untuk masuk ke dalam model pengujian multivariate. Variabel yang

signifikan selanjutnya diuji kembali dengan uji regresi logistik berganda.

IV. HASIL PENELITIAN

Analisis Univariat

Karakteristik Ibu Hamil

No	Karakteristik	Frekuensi	%
Umur			
1	≤ 20 tahun	18	30.0
2	21-35 tahun	31	51.7
3	>35 tahun	11	18.3
Jumlah		60	100,0
Pendidikan			
1	Rendah (SD,SMP)	35	58.3
2	Menengah (SMA/SMK)	18	30.0
3	Tinggi (D3/S1)	7	11.7
Jumlah		60	100,0
Pekerjaan			
1	IRT	24	40.0
2	Petani	31	51.7
3	PNS	5	8.3
Jumlah		60	100,0
Usia kehamilan			
1	Trimester I	6	10.0
2	Trimester II	10	16.7
3	Trimester III	44	73.3
Jumlah		60	100,0
Konsumsi tablet besi			
1	Trimester I (30 tablet)	0	0,0
	a. Sesuai	6	10,0
	b. Tidak sesuai		
2	Trimester II (60 tablet)	0	0,0
	a. Sesuai	10	16,7
	b. Tidak sesuai		
3	Trimester III (90 tablet)	23	38,3
	a. Sesuai	21	35,0
	b. Tidak sesuai		
Jumlah		60	100,0

Berdasarkan tabel 4.1 diatas menunjukkan bahwa umur ibu hamil mayoritas $>20-35$ tahun sebanyak (51,7%),

pendidikan ibu hamil mayoritas rendah (SD, SMP) sebanyak (58,3%), dan pekerjaan ibu hamil mayoritas petani sebanyak (51,7%), usia kehamilan mayoritas trimester III sebanyak (73,3%), dan konsumsi tablet besi mayoritas trimester III dengan kategori sesuai sebanyak 21 orang (38,3%).

Jenis Bahan Makanan (Karbohidrat, Sayur, Buah, Lauk Pauk, Daging, Minyak, Susu Bubuk)

No	Karbohidrat	Frekuensi	%
1	<3 piring	30	50.0
2	3 piring	23	38.3
3	>3 piring	7	11.7
Jumlah		60	100,0
Sayur			
1	<1,5 mangkok	34	56.7
2	1,5 mangkok	19	31.7
3	>1,5 mangkok	7	11.7
Jumlah		60	100,0
Buah			
1	<6 potong	25	41.7
2	6 potong	31	51.7
3	>6 potong	4	6.7
Jumlah		60	100,0
Lauk Pauk (Ikan, Tempe, Tahu)			
1	<3 potong	28	46.7
2	3 potong	26	43.3
3	>3 potong	6	10.0
Jumlah		60	100,0
Daging			
1	<3 potong	29	48.3
2	3 potong	24	40.0
3	>3 potong	7	11.7
Jumlah		60	100,0
Minyak			
1	<5 sdm	33	55.0
2	5 sdm	25	41.7
3	>5 sdm	2	3.3
Jumlah		60	100,0
Susu Bubuk			
1	< 12 sdm	30	50.0

2	12 sdm	26	43.3
3	> 12 sdm	4	6.7
Jumlah		60	100.0

Berdasarkan tabel 4.2 diatas

menunjukkan bahwa jenis bahan makanan ibu hamil berdasarkan karbohidrat (nasi, mie, ubi) mayoritas < 3 piring sebanyak (50,0%), sayur mayoritas < 1,5 mangkok sebanyak (56,7%), buah mayoritas 6 potong sebanyak (51,7%), lauk pauk (ikan, tempe, tahu) mayoritas <3 potong sebanyak (46,7%), daging mayoritas < 3 potong sebanyak (48,3%), minyak mayoritas <5 sdm sebanyak (55,0%), susu bubuk mayoritas < 12 sdm sebanyak (50,0%).

Pola Makan

No	Kategori	Frekuensi	%
1	Kurang	30	50.0
2	Baik	22	36.7
3	Lebih	8	13.3
Total		60	100.0

Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Besi

No	Kategori	Frekuensi	%
1	Patuh	21	35.0
2	Tidak patuh	39	65.0
Total		60	100.0

Kadar HB Ibu Hamil

No	Kategori	Frekuensi	%
1	Normal (jika kadar Hb \geq 11 gr/dL)	24	40.0
2	Tidak normal (jika kadar Hb < 11 gr/dL)	36	60.0
Total		60	100.0

Analisis Bivariat

Pengaruh Pola Makan Ibu Hamil Terhadap Kadar Hemoglobin

Pola makan	Kadar Hb				Total		<i>p value</i>
	Normal (jika kadar Hb ≥11 gr/dL)		Tidak normal (jika kadar Hb < 11 gr/dL)				
	n	%	n	%	n	%	
	Kurang	2	3,3	28	46,7	30	
Baik	17	28,3	5	8,3	22	36,7	0,000
Lebih	5	8,3	3	5,0	8	13,3	
Total	24	40,0	36	60,0	60	100,0	

Analisa Multivariat

Setelah dilakukan analisis bivariat, yaitu untuk mengetahui pengaruh antara masing-masing variabel independen dengan kadar Hb, maka selanjutnya dilakukan analisis multivariat untuk mengetahui variabel yang paling dominan berpengaruh terhadap kadar Hb menggunakan uji regresi logistik ganda. Berikut ini adalah hasil pengujian untuk menyeleksi variabel yang masuk dalam model regresi logistik.

Variabel	Nilai <i>p value</i>
Pola makan	0,000
Kepatuhan ibu hamil	0,000

Model Regresi Logistik Ganda

Variabel Penelitian	B	S.E.	Sig	Exp (B)	95% CI	
					Rendah	Tinggi
Pola makan	1.346	.573	.019	.260	.085	.799
Kepatuhan ibu hamil	2.867	.813	.000	17.584	3.576	6.459
Constant	1.961	1.822	.282	.141		

V. PEMBAHASAN

Analisis Data Bivariat

Pengaruh Pola Makan Ibu Hamil Terhadap Kadar Hemoglobin

Berdasarkan hasil uji *chisquare* diperoleh nilai *p value* = 0,000 yang artinya ada pengaruh pola makan ibu hamil terhadap kadar hemoglobin. Penelitian ini di dukung oleh hasil penelitian (Berlis, 2009) yang menyatakan bahwa ada pengaruh pola makan terhadap kadar Hb pada ibu hamil ($p = 0,004$) dan OR = 6,910 artinya pola makan ibu hamil yang kurang mempunyai risiko 6,910 kali lebih besar mengalami anemia dibanding dengan pola makan ibu hamil yang baik. Pada hasil penelitian (Fatimah dkk, 2011) dikatakan bahwa ada hubungan pola konsumsi dengan kadar Hemoglobin di Kabupaten Maros Sulawesi ($p < 0,05$), dalam penelitian ini dikatakan bahwa upaya peningkatan konsumsi

ibu hamil harus terus dilakukan dengan menggunakan sumber bahan pangan lokal seperti ikan, telur, sayuran hijau (bayam, kangkung, dan daun kelor), pepaya, pisang, jeruk, dan tomat masak. Selain itu, perhatian juga harus diberikan kepada status gizi ibu hamil dan konsumsi tablet besi sesuai dengan program yang ada di lapangan. Penelitian ini juga di dukung oleh penelitian (Ernita, 2012) menyatakan bahwa ada pengaruh pola makan ibu hamil dengan kadar Hb ($p < 0,05$).

Pola makan atau pola konsumsi pangan merupakan susunan jenis dan jumlah pangan yang dikonsumsi seseorang atau kelompok orang pada waktu tertentu (Yayuk, dkk, 2004). Apabila pola makan baik maka diasumsikan konsumsi makan akan baik pula sehingga akan menimbulkan status gizi yang baik. Pola makan yang sehat tercantum dalam pemilihan menu makanan yang seimbang (Prasetyono, 2009). Sumber zat besi terdapat dimakanan bersumber dari hewani dimana hati merupakan sumber yang paling banyak mengandung Fe (antara 6,0 mg sampai dengan 14,0 mg). Sumber lain juga berasal dari tumbuh-tumbuhan tetapi kecil kandunganya sehingga bisa diabaikan (Gibson, 2005).

Pola makan yang salah pada ibu hamil membawa dampak terhadap terjadinya

gangguan gizi antara lain anemia, penambahan berat badan yang kurang pada ibu hamil dan gangguan pertumbuhan janin. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari (50,0%) pola makan ibu hamil yang kurang terdapat (3,3%) kadar Hb yang normal dan (46,7%) kadar Hb yang tidak normal. Dari (36,7%) pola makan ibu hamil yang baik terdapat (28,3%) kadar Hb yang normal dan (8,3%) kadar Hb yang tidak normal. Sedangkan dari (13,3%) pola makan ibu yang lebih terdapat (8,3%) kadar Hb yang normal dan (5,0%) kadar Hb yang tidak normal.

Ibu hamil dengan pola makan yang baik dan memiliki kadar Hb normal (28,3%) ini berarti bahwa ibu hamil sudah mengkonsumsi jenis bahan makanan seperti karbohidrat, sayur, buah, lauk pauk, daging, minyak dan susu sesuai dengan frekuensi dan jumlah berdasarkan jenis bahan makanan tersebut, sehingga dari hasil penelitian dapat dilihat bahwa terdapat sebagian ibu hamil yang sudah memiliki pola makan yang baik serta memiliki kadar Hb yang normal. Ibu hamil dengan pola makan yang baik dan lebih tetapi memiliki kadar Hb tidak normal, ini berarti bahwa bila dilihat dari pola makan ibu hamil sudah sesuai akan tetapi yang mempengaruhi

ibu hamil memiliki kadar Hb tidak normal adalah ketidakpatuhan konsumsi tablet besi, walaupun pola makan ibu sudah baik jika tidak patuh konsumsi tablet besi maka hal ini dapat menyebabkan kadar Hb ibu hamil menjadi tidak normal. Sedangkan ibu hamil dengan pola makan kurang dan memiliki kadar Hb tidak normal (46,7%), ini berarti bahwa para ibu hamil masih belum mengkonsumsi sepenuhnya jenis bahan makanan seperti karbohidrat, sayur, buah, lauk pauk, daging, minyak dan susu sehingga banyak ibu hamil yang memiliki kadar Hb normal. Walaupun ibu hamil mengkonsumsi salah satu jenis bahan makanan tersebut (karbohidrat, lauk pauk dan daging) akan tetapi kebanyakan tidak sesuai dengan jumlah yang sebenarnya sehingga zat gizi yang diperolehpun hanya sedikit. Melihat pendapatan mereka yang masih kurang dan ditambah dengan harga bahan makanan pokok yang semakin meningkat mempengaruhi mereka tidak mampu membeli jenis bahan makanan yang seharusnya mereka konsumsi selama kehamilan, sehingga akibatnya banyak ibu hamil yang masih memiliki kadar Hb yang tidak normal. Jika pola makan ibu hamil kurang maka hal ini dapat mempengaruhi kondisi ibu hamil mengalami anemia.

Konsumsi makanan sumber zat besi ini dapat diperoleh dari ikan, telur, daging sapi, sayur mayur, makan jagung dan kangkung dan lain-lain. Akan tetapi masih banyak jenis makanan tersebut yang tidak dikonsumsi oleh ibu hamil selama kehamilan sehingga masih banyak ibu hamil yang mengalami anemia. Anemia dalam kehamilan disebabkan karena banyaknya wanita yang memulai kehamilan dengan cadangan makanan yang kurang. Saat kehamilan zat besi yang dibutuhkan oleh tubuh lebih banyak dibandingkan sebelum hamil. Zat besi pada wanita hamil dibutuhkan untuk pembentukan sel-sel darah merah, janin dan placenta. Banyak faktor yang menyebabkan asupan zat besi tidak adekuat misalnya asupan zat makanan / gizi yang kurang akibat kemiskinan, dimana makanan yang banyak mengandung zat besi seperti berasal dari daging hewani, buah dan sayuran hijau tidak dapat dikonsumsi secara cukup. Akan tetapi pada kenyataannya masih banyak ibu hamil yang jarang mengkonsumsi zat besi tersebut sehingga banyak diantara ibu hamil yang mengalami anemia. Selain itu pola asuh dari kultur keluarga yang mengutamakan pemenuhan gizi pada kepala keluarga mengakibatkan anggota keluarga yang lain

seperti anak dan ibu menjadi lebih sedikit. Kurangnya pengetahuan tentang makanan yang mengandung banyak zat besi serta cara pengolahan makanan yang benar juga menjadi faktor asupan zat besi yang tidak adekuat.

Menurut (Prasetyono, 2009) status gizi buruk dipengaruhi oleh berbagai faktor. Salah satunya menyangkut pola makan dan gaya hidup yang tidak sehat. Pola makan adalah menu makanan yang dimakan dalam kesehariannya. Pola makan yang sehat tercermin dalam pemilihan menu makan yang seimbang. Begitu juga pada saat hamil, tubuh diperlukan untuk melindungi dan memelihara bayi. Akan tetapi, sesuatu di dalam hidup kita dapat mengganggu pola makan yang seimbang. Penyebab terbesar anemia gizi besi adalah berkurangnya asupan gizi yang berhubungan dengan pola makan yang tidak baik akibat ketidaktahuan dan ketidakmampuan. Pola makan yang salah pada ibu hamil membawa dampak terhadap terjadinya gangguan gizi antara lain anemia (Dhuha, 2012).

Menurut (Sholihah, 2005) anemia sendiri dapat dicegah dengan pemberian nutrisi yang baik serta pemberian tablet Fe secara teratur. Dengan pola makan yang benar dan tepat dapat menjadi salah satu jalan untuk

pencegahan terjadinya anemia. Pada prinsipnya pola makan yang baik untuk ibu hamil adalah pola makan yang memiliki asupan gizi seimbang, beragam bervariasi. Pola makanan sehat dengan menu seimbang sangat penting untuk perkembangan janin dalam kandungan. Tetapi kadang kala calon ibu kurang memperhatikan hal tersebut (Proverawati, 2010).

Pengaruh Kepatuhan Ibu Hamil Mengonsumsi Tablet Besi Terhadap Kadar Hemoglobin

Berdasarkan hasil uji *chisquare* diperoleh nilai *p value* = 0,000 yang artinya ada pengaruh kepatuhan ibu hamil mengonsumsi tablet besi terhadap kadar hemoglobin. Penelitian ini juga didukung oleh penelitian (Inati, 2011) yang menyatakan bahwa ada pengaruh kepatuhan ibu hamil terhadap kadar Hb ibu hamil ($p = 0,012$ dan $OR = 7,4$) yang artinya bahwa ibu hamil yang tidak patuh mengonsumsi tablet besi berisiko 7,4 lebih besar mengalami anemia dibanding dengan ibu hamil yang patuh mengonsumsi tablet besi. Menurut penelitian Sadariah tahun 2012, di Puskesmas Bara-Baraya diperoleh bahwa dari 110 sampel ibu hamil terdapat 43 (39,9 %) ibu hamil yang menderita anemia didapatkan 16 (37,2 %) ibu

yang tidak patuh dalam konsumsi tablet zat besi. Dari penelitian yang dilakukan di Puskesmas di Yogyakarta, sekitar 40%-50% ibu tidak patuh mengkonsumsi tablet Fe. Penelitian ini juga di dukung oleh penelitian (Ernita, 2012) menyatakan bahwa ada kepatuhan ibu hamil mengkonsumsi dengan kadar Hb ($p < 0,05$).

Dari hasil analisis multivariat menunjukkan bahwa variabel yang paling dominan berpengaruh terhadap kadar Hb adalah variabel kepatuhan mengkonsumsi tablet besi ($p = 0,000$; $OR = 17,6$) yang artinya bahwa ibu hamil yang tidak patuh mengkonsumsi tablet besi berisiko 17,6 kali lebih besar mengalami kadar Hb tidak normal dibanding dengan ibu hamil yang tidak patuh mengkonsumsi tablet besi. Penelitian ini di dukung oleh hasil penelitian (Firda, 2010) yang menyatakan bahwa kepatuhan ibu hamil mempengaruhi kadar Hb ibu hamil ($p = 0,003$) dan $OR = 17,970$ yang artinya bahwa ibu hamil yang tidak patuh mempunyai peluang berisiko 18,600 kali lebih besar mengalami anemia dibanding dengan ibu hamil yang patuh.

Kepatuhan mengkonsumsi tablet zat besi di ukur dari ketepatan jumlah tablet yang dikonsumsi, ketepatan cara mengkonsumsi

tablet zat besi, frekuensi konsumsi perhari. Ketidakpatuhan ibu hamil meminum tablet zat besi dapat memiliki peluang yang lebih besar untuk terkena anemia (Purwaningsih, dkk.,2004).

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat bahwa dari (35,0%) ibu hamil yang patuh mengkonsumsi tablet besi terdapat (30,0%) kadar Hb yang normal dan (5,0%) kadar Hb yang tidak normal. Dari (65,0%) ibu hamil yang tidak patuh mengkonsumsi tablet besi terdapat (15,4%) kadar Hb yang normal dan (55,0%) kadar Hb yang tidak normal.

Kepatuhan ibu hamil dengan kadar Hb normal (39,0%), ini berarti bahwa ibu hamil yang patuh mengkonsumsi tablet besi hingga trimester III akan memiliki kadar Hb normal selama kehamilan ibu, konsumsi tablet besi ini dapat mempengaruhi kadar Hb ibu menjadi normal. Sedangkan ibu hamil yang tidak patuh mengkonsumsi tablet besi dengan kadar Hb (55,0%) berarti bahwa selama kehamilan para ibu hamil ini tidak patuh mengkonsumsi tablet besi sesuai dengan anjuran sehingga banyak ibu hamil yang ditemukan masih memiliki kadar Hb tidak normal. Kepatuhan dalam mengkonsumsi tablet besi ini merupakan ketaatan ibu hamil melaksanakan anjuran petugas kesehatan

untuk mengkonsumsi tablet zat besi. Kepatuhan mengkonsumsi tablet zat besi diukur dari ketepatan jumlah tablet yang dikonsumsi, ketepatan cara mengkonsumsi tablet zat besi, frekuensi konsumsi perhari. Suplementasi besi atau pemberian tablet Fe merupakan salah satu upaya penting dalam mencegah dan menanggulangi anemia, khususnya anemia kekurangan besi.

Menurut (Medicastore, 2007) kepatuhan pengobatan adalah mengkonsumsi obat-obatan yang diberikan oleh dokter atau petugas kesehatan lain sesuai dengan waktu dan dosis yang tepat. Pengobatan hanya akan efektif apabila pasien mematuhi aturan dalam penggunaan obat. Apabila ada anjuran untuk menghabiskan obat tersebut, maka harus mengkonsumsi obat tersebut sampai habis. Pernyataan ini berbeda dengan hasil penelitian, dimana berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa hanya (35%) ibu hamil yang patuh mengkonsumsi tablet besi, sedangkan (65%) lainnya tidak mengkonsumsi tablet besi. Hal menunjukkan bahwa tidak semua ibu hamil patuh mengkonsumsi tablet besi sesuai dengan anjuran dokter. Secara umum bahwa jika ibu hamil tidak patuh mengkonsumsi tablet besi maka ibu hamil tersebut akan mengalami anemia.

Seseorang dikatakan patuh berobat bila mau datang ke petugas kesehatan yang telah ditentukan sesuai dengan jadwal yang telah ditetapkan serta mau melaksanakan apa yang dianjurkan oleh petugas. Akan tetapi pada kenyataannya banyak ibu hamil yang tidak aktif melakukan kunjungan ketempat pelayanan kesehatan sehingga informasi tentang manfaat mengkonsumsi tablet besi yang diketahui oleh ibu hamil adalah tergolong kurang baik. Menurut Akibatnya banyak ibu hamil yang tidak patuh dalam mengkonsumsi tablet besi. Menurut (Notoadmojo, 2007) bahwa perilaku terhadap system pelayanan kesehatan merupakan respon seseorang terhadap system pelayanan kesehatan. Perilaku ini menyangkut respon terhadap fasilitas pelayanan, petugas kesehatan dan obat-obatannya

Perilaku mengonsumsi obat merupakan perilaku peran sakit yaitu tindakan atau kegiatan yang dilakukan penderita agar dapat sembuh. Kepatuhan menjalankan aturan pengobatan sangat penting untuk mencapai kesehatan secara optimal. Perilaku kepatuhan dapat berupa perilaku patuh dan tidak patuh yang dapat diukur melalui dimensi kemudahan, lama pengobatan, mutu, jarak dan keteraturan pengobatan. Kepatuhan akan

meningkat bila instruksi pengobatan jelas, hubungan obat terhadap penyakit jelas dan pengobatan teratur serta adanya keyakinan bahwa kesehatan akan pulih, petugas kesehatan yang menyenangkan dan berwibawa, dukungan sosial keluarga pasien dan lain sebagainya (Medicastore, 2007).

VI. KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian mengenai pengaruh pola makan dan kepatuhan ibu hamil mengkonsumsi tablet besi terhadap kadar Hemoglobin, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Ada pengaruh pola makan terhadap kadar hemoglobin dengan nilai *p value* = 0,000. Artinya bahwa pola makan yang kurang akan mempengaruhi ibu hamil mengalami kadar hemoglobin yang tidak normal atau anemia.
2. Ada pengaruh kepatuhan ibu hamil mengkonsumsi tablet besi terhadap kadar hemoglobin dengan nilai *p value* = 0,000. Artinya bahwa jika ibu hamil tidak patuh mengkonsumsi tablet besi maka akan mempengaruhi ibu hamil mengalami kadar hemoglobin yang tidak normal atau anemia.
3. Variabel yang paling dominan berpengaruh terhadap kadar Hb adalah

variabel kepatuhan ibu hamil ($p = 0,000$; $OR = 17,6$) yang artinya bahwa ibu hamil yang tidak patuh mengkonsumsi tablet besi mempunyai risiko 17,6 kali lebih besar mengalami anemia dibanding dengan ibu hamil yang tidak patuh mengkonsumsi tablet besi.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, M., Wirjatmadi, B., 2012. Peranan Gizi Dalam Siklus Kehidupan, Jakarta: Kencana Prenada Media Group
- Arikunto, 2002, Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik edisi revisi V cetakan 12, PT Rineka Cipta, Jakarta.
- Arisman.(2004). Buku Ajar Ilmu Gizi., Gizi dalam Daur Kehidupan. Jakarta. EGC.
- Cortney & Walker.(2012). Pola Makan Sehat Saat Hamil. Jakarta. Penerbit PT. Bhuana Ilmu Populer.
- Depkes RI. (2009). Pedoman Pemberian Tablet Besi-Folat dan Sirup Besi Bagi Petugas Kesehatan. Jakarta. Departemen Kesehatan Republik Indonesia.
- Djoko Santoso, dkk. (2013). Pengaruh Kepatuhan Konsumsi Tablet Suplementasi Besi (Fe) Terhadap Kadar Hemoglobin (Hb) Pada Ibu

- Hamil Trimester III Di Kecamatan
Sukun Kota Malang Tahun 2013.
Bahasa: Susi Purwoko. Jakarta.
Arcan.
- Handini.M.C. (2011).Metodologi Penelitian
Untuk Pemula. Jakarta. FIP Press.
- Ika mayasari.(2007). Hubungan Tingkat
Pengetahuan Ibu Hamil tentang
Anemia dengan Perilaku Zat Besi di
Wilayah Kerja Puskesmas
Kedawung.
- Irene M. Bobak. (2005). Buku ajar
Keperawatan Maternitas, Alih
Bahasa: Maria A. Wijayarini. Jakarta.
EGC.
- Martin & Aron. (2007). Memahami Segalanya
Tentang Kehamilan; Alih Bahasa:
Elly Wiriawan. Jakarta. Karisma.
- Maisa, Esthika Ariany. (2012). Hubungan
Antara Dukungan Keluarga Dengan
Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Pada
Ibu Hamil Di Wilayah Kerja
Puskesmas Nanggalo Kecamatan
Nanggalo Kota Padang.Skripsi.
Universitas Andalas.
<http://repository.unand.ac.id/14036/>.
Diakses 13 Nopember 2014.
- Moehji, S. (2003).Penanggulangan gizi buruk,
Bharata, Jakarta.
- Murkoff, et all. (2006). Kehamilan Apa yang
Anda Hadapi Bulan per Bulan; Alih
Bahasa: Susi Purwoko. Jakarta.
Arcan.
- Nurkhotimah, N.; Rohanta, S., dan Mardiana,
2010.Hubungan Pengetahuan Gizi Ibu
dan Pola Makan Balita dengan Status
Gizi Balita (12-59 Bulan) di Wilayah
Kerja Puskesmas Gandus Kecamatan
Gandus. Palembang: Jurnal
Pembangunan Manusia.
- Puspasari.(2008). Faktor-faktor yang
mempengaruhi kepatuhan ibu hamil
dalamMengkonsumsi tablet besi di
desa sokaraja tengah
kecamatanSokaraja kabupaten
banyumas.Jurnal Keperawatan
Soedirman.