



ANALISIS DAMPAK PENYULUHAN KONSUMSI ZAT BESI TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP WANITA HAMIL

Rotua Sumihar Sitorus^{1*}, Dewi Sartika Munthe², Nurlela Petra Saragih², Suprianto³, Herlina³

¹Fakultas Kesehatan Masyarakat, Institut Kesehatan Medistra Lubuk Pakam, Jl. Sudirman No.38, Petapahan, Lubuk Pakam, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara 20512, Indonesia

²Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Prima Indonesia, Jl. Belanga No.1, Sei Putih Tengah, Medan Petisah, Kota Medan, Sumatera Utara 20118, Indonesia

³Fakultas Farmasi, Institut Kesehatan Medistra Lubuk Pakam, Jl. Sudirman No.38, Petapahan, Lubuk Pakam, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara 20512, Indonesia

*rotuasitorus29@gmail.com

ABSTRAK

Anemia merupakan keadaan dengan hemoglobin (Hb) di bawah normal, terjadi akibat jaringan tidak mampu memproduksi eritrosit untuk mempertahankan Hb normal. Kejadian anemia pada wanita ditandai dengan kandungan Hb < 11 gr/dl. Anemia dapat terjadi pada wanita selama kehamilan. Pemberian tablet zat besi merupakan salah satu upaya untuk mencegah terjadinya anemia pada ibu hamil. Tingkat pengetahuan dan respon sikap ibu hamil perlu ditingkatkan melalui penyuluhan tentang konsumsi zat besi pada wanita hamil. Sebanyak 244 kasus ibu hamil anemia di wilayah Puskesmas Kotalimbaru, 19 orang (7,9%) berada di Desa Kotalimbaru tahun 2019. Sasaran penelitian adalah menganalisis dampak penyuluhan terhadap pengetahuan dan sikap ibu hamil konsumsi tablet besi. Desain penelitian adalah semi eksperimen, teknik purposive sampling, sampel sebanyak 30 orang ibu dari Desa Kotalimbaru, Puskesmas Kotalimbaru, Kabupaten Deli Serdang dan menggunakan uji t independent. Rerata skor pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi sebesar 5,614 dan 7,249. Demikian pula, skor sikap rata-rata adalah 4,837 dan 6,123. Analisis bivariat menunjukkan bahwa penyuluhan sangat berpengaruh terhadap pengetahuan dan sikap ibu hamil konsumsi tablet besi ($p < 0,05$). Disarankan: Petugas Puskesmas melakukan pendekatan kepada ibu hamil melalui kunjungan rumah dan memberikan penyuluhan untuk mengubah respon ibu hamil untuk menerima dan mematuhi anjuran minum tablet besi setiap hari selama 90 hari.

Kata kunci: promosi; tablet besi; pengetahuan; sikap

ANALYSIS OF THE IMPACT OF IRON CONSUMPTION EDUCATION ON KNOWLEDGE AND ATTITUDE OF PREGNANT WOMEN

ABSTRACT

Anemia is a condition in which hemoglobin (Hb) is below normal, occurs as a result of the tissue being unable to produce erythrocytes to maintain normal Hb. The incidence of anemia in women is characterized by Hb content <11 g/dl. Anemia can occur in women during pregnancy. Giving iron tablets to pregnant women is one way to prevent anemia. Knowledge and attitude response of pregnant women need to be improved through counseling about iron consumption in pregnant women. A total of 244 cases of anemic pregnant women in the Puskesmas Kotalimbaru area, 19 people (7.9%) were in Kotalimbaru Village in 2019. The research target was to analyze the impact of health promotion on women's knowledge and attitudes during pregnancy in consuming iron tablets. The research design is semi-experimental, purposive sampling technique, a sample of 30 women from Kotalimbaru Village, Puskesmas Kotalimbaru, Deli Serdang Regency and using an independent t-test. The mean score of knowledge before and after counseling was 5.614 and 7.249. Likewise, the mean attitude scores were 4.837 and 6.123. Bivariate analysis showed that health education had an effect on women's knowledge and attitudes during pregnancy in consuming iron tablets ($p < 0.05$). It is recommended: Puskesmas officers approach pregnant women through home visits and provide counseling to change the response

of pregnant women to accept and comply with the recommendation to take iron tablets every day for 90 days.

Keywords: attitude; iron tablet; knowledge; promotion

PENDAHULUAN

Anemia merupakan keadaan wanita hamil dengan hemoglobin (Hb) < 11 gr/dl akibat jaringan tidak mampu produksi eritrosit (*Erythropoetic*) untuk pertahankan Hb normal. Prevalensi anemia dunia mencapai tahun 2011 adalah 38,2% pada wanita hamil. Prevalensi tertinggi berada di Asia Tenggara, Timur Tengah, dan Afrika, yaitu 48,7% (WHO, 2011). Data Riset Kesehatan Dasar (RIKESDA) menunjukkan prevalensi anemia wanita hamil terjadi peningkatan 11,8% dari tahun 2013 (37,1%) sampai 2018 (48,9%). Upaya menurunkan prevalensi anemia dengan konsumsi suplemen besi secara rutin (90 tablet) pada masa kehamilan (Risksedas, 2018)

Data profil Dinas Kesehatan Sumatera Utara diketahui cakupan pemberian tablet tambah darah 80,1% (2015), mengalami penurunan menjadi 73,3% (2016) atau terdapat penurunan 6,8%. Kabupaten Deli Serdang cakupan pemberian sebesar 76,8%. Persentasi cakupan belum mampu mencapai target nasional 80% (Pemerintah Sumatera Utara, 2017). Suplemen besi salah satu mineral penting sebagai pembentuk eritrosit. Peran zat tersebut pembentuk mioglobin, kolagen dan enzim (Kemenkes RI, 2015). Wanita hamil perlu zat besi untuk pertumbuhan organ reproduksi dan janin. Masa kehamilan dibutuhkan 800,0 mg besi dengan distribusi 300,0 mg untuk janin plasenta; 500,0 mg untuk produksi eritrosit. Zat besi diperlukan 2,0-3,0 mg/hari saat hamil (Manuaba, 2009).

Wanita saat hamil kekurangan zat tambah darah sebabkan anemia dengan keluhan ringan sampai berat seperti abortus, dan prematur. Masa nifas terjadi pendarahan sehingga menurun baik daya tahan infeksi maupun produksi air susu ibu (ASI). Keguguran, berat badan lahir rendah (BBLR), dismaturitas, kematian perinatal, atau lainnya sebagai dampak anemia (Susiloningtyas, 2022). Efek samping konsumsi zat besi pada ibu hamil antara lain: konstipasi dan nausea, pusing, nyeri lambung, terkadang diare dan konstipasi. Untuk penyerapan zat tambah darah dapat dikonsumsi bersamaan dengan vitamin C. Namun jika dikonsumsi bersamaan kopi, teh, dan susu menyebabkan penyerapan kurang efektif. Bahan makanan alami zat besi, yaitu: ikan, daging, unggas, kerang, kacang-kacangan, dan sereal. Namun, wanita saat hamil tidak rutin konsumsi setiap bulan (Ardiaria, 2017).

Faktor utama wanita saat hamil tidak konsumsi zat besi karena rendahnya pengetahuan dan sikap tentang manfaat suplemen besi. Menurut Notoatmodjo, (2012), salah satu faktor perilaku kesehatan terkait konsumsi tablet zat tambah darah adalah faktor predisposisi terdiri dari pengetahuan dan sikap wanita saat hamil. Peningkatkan pengetahuan dan sikap perlu dilakukan penyuluhan. Menurut Gebremedhin et al., (2014), wanita yang jarang konsumsi di delapan desa negara Ethiopia karena tidak berpengetahuan tentang anemia dan tidak mendapat penyuluhan tentang pentingnya tablet antianemia. Salah satu strategi penyuluhan untuk meminimalkan masalah konseling tidak efektif dan kesadaran yang kurang baik mengkonsumsi tablet zat tambah darah melalui pendidikan kesehatan berbasis masyarakat dengan menggunakan petugas kesehatan yang terampil (Kamau et al., 2019).

Kutalimbaru memiliki wilayah kerja 12 Desa dengan jumlah ibu hamil 3.461 orang, diantaranya mendapatkan tablet Fe 1 sebanyak 2.791 orang (80,4%), dan Fe 3 sebanyak 2.833 orang (81,5%), belum capai target harapan (90%). Kasus anemia 244 orang, tertinggi terjadi di Desa

Kotalimbaru 19 orang (7,9%). Pengetahuan dan sikap wanita saat hamil mengkonsumsi suplemen besi sangat penting, sehingga perlu dilakukan penyuluhan agar patuh mengonsumsi rutin 90 tablet. Sasaran penelitian untuk menganalisis dampak penyuluhan terhadap pengetahuan dan sikap ibu hamil dalam konsumsi tablet besi.

METODE

Penelitian semi eksperimen dengan desain *pret and post test design*. Populasi sebanyak 35 ibu hamil, sampling dengan teknik total sampel. Data dikumpulkan dengan menggunakan kuisioner dan wawancara. Sampel ditentukan berdasarkan kriteria tubuh sehat dan tidak ada gangguan kesehatan. Analisa univariat untuk distribusi frekuensi dan analisis bivariat dengan uji *One-Sample Kolmogorov-Smirnov*.

HASIL

Tabel 1.
Karakteristik Ibu Hamil

Kriteria	f	%
Umur (Thn)		
< 20	2	5,70
20-35	26	74,30
> 35	7	20,00
Pendidikan		
SD	4	11,40
SMP	14	40,00
SMA	16	45,60
Perguruan Tinggi	1	2,90
Aktivitas		
Ibu Rumah Tangga	26	74,30
Wiraswasta	7	20,00
Pegawai	2	5,70
Paritas		
Primipara (1 orang)	4	11,40
Multipara (2-5 orang)	24	68,60
Grandemultipara (>5 orang)	7	20,00

Tabel 1 menunjukkan rentang usia 20 - 35 tahun terbanyak (74,30%) dengan distribusi pendidikan berada pada kisaran SMP dan SMA sebesar 40,00 % dan 45,60 % dan aktivitas sebagai ibu rumah tangga sebesar 74,30%.

Tabel 2.
Distribusi Frekuensi Pengetahuan dan Sikap

Kriteria	Tes Penyuluhan Kesehatan			
	Pre		Post	
	f	%	f	%
Tingkat Pengetahuan				
Baik	6	17,10	12	34,30
Cukup	12	34,30	14	40,00
Kurang	17	48,60	9	25,70
Respon Sikap				
Positif	11	31,40	22	62,90
Negatif	24	68,60	13	37,10

Tabel 2 menunjukkan ada perubahan tingkat pengetahuan; sebelum penyuluhan tampak tingkat pengetahuan kurang (48,60%) dengan respon sikap negatif (68,60%), setelah penyuluhan menjadi cukup dengan respon positif (62,90%).

Tabel 3.
Pengetahuan dan Sikap Sebelum dan Sesudah Penyuluhan

Variabel	Penyuluhan		p
	Sebelum	Sesudah	
Pengetahuan	5,614 + 2,384	7,249 + 2,174	0,000
Sikap	4,837 + 1,677	6,123 + 1,435	0,009

Tabel 3 menunjukkan rerata skor pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan terlihat ada selisih. Analisis bivariat membuktikan ada pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan dalam mengkonsumsi tablet tambah darah ($p < 0,005$). Nilai $p < 0,05$ dari uji *One-Sample Kolmogorov-Smirnov*, artinya variabel pengetahuan dan sikap dapat dikatakan normal.

PEMBAHASAN

Penelitian Kamau et al., (2019) membuktikan perbedaan pengetahuan ibu hamil tentang suplemen tambah darah dan asam folat sebesar 13% setelah diberikan pendidikan kesehatan di lima fasilitas kesehatan Kiambu Kenya ($p < 0,05$). Peluang memiliki pengetahuan yang baik sebesar 3 kali lipat. Penelitian Theng et al., (2017) menjelaskan tingkat pengetahuan tentang tablet tambah darah sangat terkait dengan mengkonsumsinya di Kuala Terengganu Malaysia ($\chi^2=16,717$, $p < 0,001$). Wanita yang menerima konseling gizi dan dukungan pasangan lebih patuh dibanding tidak ada konseling gizi dan dukungan pasangan. Demikian juga, wanita yang berpengetahuan tentang suplemen lebih patuh dibanding tidak berpengetahuan tentang suplemen (Gebremichael & Welesamuel, 2020)

Penelitian menunjukkan terjadi peningkatan pengetahuan ibu hamil karena diberikan penyuluhan kesehatan selama 4 kali pertemuan tentang manfaat tablet besi. Keterpaparan informasi tersebut dapat menyebabkan ibu hamil lebih paham tentang manfaat dan kegunaan tablet zat tambah darah bagi kesehatan. Upaya meningkatkan konsumsi suplemen besi dan folat, antara lain: a) ketersediaan suplemen besi dan folat wanita masa kehamilan saat pemeriksaan tanpa dibayar, b) pengembangan pedoman kebijakan, dan c) pengembangan Informasi, Pendidikan dan Komunikasi (IEC) untuk bahan pendidikan kesehatan (Kamau et al., 2018). Rerata skor sikap sebelum dan sesudah penyuluhan mempunyai selisih, tampak ada pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap sikap dalam mengkonsumsi tablet tambah darah. Kamau, et al. (2019) juga membuktikan ada perubahan sikap ibu hamil mengonsumsi tablet zat besi dan asam folat ke arah yang positif setelah diberikan pendidikan kesehatan di lima fasilitas kesehatan Kiambu Kenya ($p < 0,001$). Peluang memiliki sikap positif sebesar 9 kali lipat.

Penelitian lainnya di dua fasilitas kesehatan, yaitu Asadabad dan Hamadan Iran oleh Khanmohammadi et al., (2019) menjelaskan pelatihan berupa pesan teks bergambar, pemantauan dan komunikasi telepon yang diberikan kepada kelompok intervensi memberi hasil signifikan terhadap perilaku wanita saat hamil mengkonsumsi suplemen besi bersama vitamin C ($p < 0,001$). Pemberian pendidikan kesehatan pada ibu hamil berdasarkan *theory of planned behavior*, dapat meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku mengkonsumsi tablet tambah darah di Neyshabur Iran. Skor rata-rata pengetahuan, sikap, perilaku kelompok perlakuan meningkat secara bermakna setelah menerima pendidikan tentang suplementasi tambah darah ($p < 0,05$) (Jalambadani et al., 2018).

Menurut Alami et al., (2019) bahwa perilaku asupan nutrisi besi naik signifikan pada kelompok intervensi dibanding kontrol. Oleh karena itu, perlu lebih memperhatikan manfaat penyuluhan untuk melenyapkan hambatan-hambatan yang mungkin ada. Penelitian lain menunjukkan bahwa pengetahuan rata-rata pasca pendidikan, kemampuan memilih makanan, tingkat kepatuhan, dan kadar hemoglobin lebih tinggi pada kelompok intervensi dari kontrol (Elsharkawy et al., 2022).

Penelitian Hassan et al., (2019) didesain pre-post test dengan kelompok kontrol yang melibatkan 81 peserta per kelompok dari dua klinik kesehatan di Sepang, Malaysia. Hasil tingkat respon kelompok intervensi dan kontrol masing-masing adalah 83,9% dan 82,7%. Hassan et al., (2019) menyatakan bahwa intervensi berupa penyuluhan terbukti efektif dalam meningkatkan rerata kadar hemoglobin, pengetahuan, persepsi dan tingkat kepatuhan. Penelitian ini menekankan bahwa intervensi dapat meningkatkan perilaku sehat pada ibu hamil. Jika dilihat dari jawaban ibu hamil menjawab tidak setuju yang paling banyak mengenai keharusan mengkonsumsi tablet tambah darah, manfaat dan cara minum yang dianjurkan sebelum penyuluhan kesehatan. Setelah penyuluhan ada perubahan sikap ibu hamil dari negatif menjadi positif, karena subjek terpapar informasi sehingga menimbulkan respons untuk mengikuti anjuran minum tablet tambah darah secara rutin 90 tablet.

SIMPULAN

Uji statistik menunjukkan sikap dan pengetahuan wanita saat hamil mengkonsumsi suplemen besi sesudah diberikan penyuluhan ada perbedaan. Disarankan petugas Puskesmas lakukan pendekatan melalui kunjungan ke rumah dan memberikan konseling kepada ibu hamil untuk merespon positif dan mentaati minum tablet tambah darah secara rutin selama 90 hari.

DAFTAR PUSTAKA

- Alami, A., Tavakoly Sany, S. B., Tehrani, H., Lael-Monfared, E., Hosseini, Z., & Jafari, A. (2019). The Effect of Educational Intervention on Iron and Vitamin D Consumption Based on the Theory of Planned Behaviour in Iranian Adolescent Girls: A Quasi-Experimental Study. *International Journal of Health Promotion and Education*, 57(6), 316–331. <https://doi.org/10.1080/14635240.2019.1632732>
- Ardiaria, M. (2017). Asupan Mikronutrien dan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Kota Semarang. *Journal of Nutrition and Health*, 5(1), 12–17. <https://doi.org/10.14710/jnh.5.1.2017.12-17>
- Elsharkawy, N. B., Abdelaziz, E. M., Ouda, M. M., & Oraby, F. A. (2022). Effectiveness of Health Information Package Program on Knowledge and Compliance among Pregnant Women with Anemia: A Randomized Controlled Trial. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(5), 2724. <https://doi.org/10.3390/ijerph19052724>
- Gebremedhin, S., Samuel, A., Mamo, G., Moges, T., & Assefa, T. (2014). Coverage, Compliance and Factors Associated with Utilization of Iron Supplementation During Pregnancy in Eight Rural Districts of Ethiopia: A Cross-Sectional Study. *BMC Public Health*, 14(1), 1–8. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-14-607>
- Gebremichael, T. G., & Welesamuel, T. G. (2020). Adherence to Iron-Folic Acid Supplement and Associated Factors Among Antenatal Care Attending Pregnant Mothers in Governmental Health Institutions of Adwa Town, Tigray, Ethiopia: Cross-Sectional Study. *PLoS One*, 15(1), e0227090. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0227090>

- Hassan, H., Manaf, R. A., Said, S. M., Appannah, G., & Rosli, R. (2019). *Effects of Health Education Intervention Using Health Belief Model on Haemoglobin Level Among Anaemic Pregnant Women in rural Malaysia: A Quasi-Experimental Study*.
- Jalambadani, Z., Borji, A., & Delkhosh, M. (2018). The Effect of Education Based on the Theory of Planned Behavior on Iron Supplementation Among Pregnant Women. *Korean Journal of Family Medicine*, 39(6), 370–374. <https://doi.org/10.4082/kjfm.17.0141>
- Kamau, M., Kimani, S., & Mirie, W. (2018). Counselling on Iron and Folic Acid Supplementation (IFAS) is Associated with Improved Knowledge Among Pregnant Women in a Rural County of Kenya: A Cross-Sectional Study. *AAS Open Research*, 1(0), 21. <https://doi.org/10.12688/aasopenres.12891.1>
- Kamau, M., Mirie, W., Kimani, S., & Mugoya, I. (2019). Effect of Community Based Health Education on Knowledge and Attitude Towards Iron and Folic Acid Supplementation Among Pregnant Women in Kiambu County, Kenya: A Quasi Experimental Study. *PLoS ONE*, 14(11), 1–21. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0224361>
- Kemenkes RI. (2015). *Infodatin Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI*.
- Khanmohammadi, S., Karimi-Shahanjarini, A., Rezapour, F., & Farhadian, M. (2019). Effect of Educational Intervention on Promoting Adherence to Iron Supplementation Consumption Program in Pregnant Women. *Journal of Education and Community Health*, 6(4), 197–205. <https://doi.org/10.29252/jech.6.4.197>
- Manuaba, I. A. C. (2009). *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita* (Edisi Kedu). EGC.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta. PT Rineka Cipta.
- Pemerintah Sumatera Utara. (2017). *Profil Dinas Kesehatan Sumatera Utara*.
- Riskesdas. (2018). *Hasil Utama Riskesdas 2018 Kesehatan* (pp. 20–21).
- Susiloningtyas, I. (2022). Pemberian Zat Besi (Fe) dalam Kehamilan. *Majalah Ilmiah Sultan Agung*, 50(128), 73–99.
- Theng, C. E., Zakaria, N. S., & Yusof, H. M. (2017). Knowledge and Attitude on Consumption of Iron Supplement Among Pregnant Women in Kuala Terengganu, Terengganu. *Malaysian Applied Biology*, 46(3), 105–112.
- WHO. (2011). *The Global Prevalence of Anaemia in 2011*. World Health Organization.