



LITERATURE REVIEW: STATUS GIZI DAN KEPATUHAN DALAM MENKONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA IBU HAMIL

Wahyu Amalia Puji Lestari¹, Satriya Wijaya²

¹Bagian Kesehatan Ibu dan Anak, Prodi S1 Kesehatan Masyarakat

²Fakultas Kesehatan, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya

Email: wahyu.km15@student.unusa.ac.id

Abstract: Anemia in pregnant women is associated with decreased endurance which can lead to decreased work productivity, poor nutritional status, and iron deficiency. This literature review aims to determine the relationship between nutritional status and compliance with the consumption of blood-supplemented tablets with anemia in pregnant women. This literature review was conducted using the traditional literature review method. Sources of articles are obtained from Google Scholar database and Garuda Portal, with a range years from 2015-2020. Key words "nutritional status against the incidence anemia, compliance with the consumption tablets plus blood against the incidence anemia". The collection of articles was carried out from 23-25 May 2020. 17 articles were obtained from 10457 articles, which were then carried out by data processing using illustrative methods. Processing is done by describing the variables and analyzed to look for the influence between variables. The results showed that the nutritional status associated with the incidence anemia in pregnant women included KEK and LILA. Compliance with the consumption of blood-supplemented tablets related to the incidence of anemia in pregnant women includes the consumption of blood-supplemented tablets only in the morning and lack support from family. The conclusion of this study is that nutritional statistics and compliance with the consumption of blood-supplemented tablets have relationship with the incidence anemia in pregnant women. Suggestions in this study for health workers to provide knowledge to pregnant women regarding nutritional status and consumption of blood supplement tablets.

Words: Anemia, Nutritional Status, Blood Supplement Tablets

Abstrak: Anemia pada ibu hamil dihubungkan dengan penurunan daya tahan tubuh dapat menyebabkan produktifitas kerja menurun, status gizi kurang baik, dan kekurangan zat besi. *Literature review* ini bertujuan untuk mengetahui keterkaitan status gizi dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia pada ibu hamil. *Literature review* ini dilakukan dengan metode *traditional literature review*. Sumber artikel didapatkan dari database *Google Scholar* dan Portal Garuda, dengan rentang tahun dari 2015-2020. Kata kunci 'status gizi terhadap kejadian anemia, kepatuhan konsumsi tablet tambah darah terhadap kejadian anemia'. Pengumpulan artikel dilakukan mulai dari tanggal 23-25 Mei 2020. Didapatkan 17 artikel dari 10457 artikel, yang selanjutnya dilakukan pengolahan data dengan metode ilustratif. Pengolahan dilakukan dengan menggambarkan variabel dan dianalisis untuk mencari adanya pengaruh antar variabel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa status gizi yang berkaitan dengan kejadian anemia pada ibu hamil diantaranya KEK dan LILA. Kepatuhan konsumsi tablet tambah darah yang berkaitan dengan kejadian anemia pada ibu hamil diantaranya konsumsi tablet tambah darah hanya di pagi hari dan kurang dukungan dari keluarga. Kesimpulan penelitian ini status gizi dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah memiliki keterkaitan dengan kejadian anemia pada ibu hamil. Saran pada penelitian ini bagi tenaga kesehatan memberikan pengetahuan kepada ibu hamil terkait status gizi dan konsumsi tablet tambah darah.

Kunci: Anemia, Status Gizi, Tablet Tambah Darah

PENDAHULUAN

Anemia pada ibu hamil dihubungkan dengan penurunan daya tahan tubuh dapat menyebabkan produktifitas kerja menurun, bayi lahir dengan berat badan rendah, bayi lahir dengan premature, abortus preeklamsia, menyulitkan persalinan bahkan mengakibatkan kematian perinatal dan kematian ibu yang melakukan persalinan. Menurut hasil survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) 2017 menunjukkan peningkatan AKI yang signifikan yaitu 55% kematian ibu karena kejadian anemia. Berdasarkan data Riskesdas, 2018, kejadian anemia pada ibu hamil di Indonesia meningkat pada tahun 2013 sebanyak 37,1%, ibu hamil di perkotaan sebanyak 36,4% dan 37,8% di pedesaan, sedangkan pada tahun 2018 semakin meningkat menjadi 48,9%^[1].

Anemia pada ibu hamil disebabkan oleh 2 faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi usia, paritas, jarak kehamilan, status gizi, pendidikan, pendapatan keluarga, jenis pekerjaan, perdarahan, infeksi atau penyakit, riwayat anemia. Faktor eksternal meliputi tablet tambah darah, keteraturan antenatal care, lingkungan^[2]. Peneliti terdahulu oleh Rismawati & Etin (2017) menjelaskan, bahwa ibu hamil yang mengalami anemia disebabkan oleh beberapa faktor yaitu diantaranya umur, pendidikan, paritas, status gizi, tablet tambah darah (Fe), antenatal care, dan jenis pekerjaan. Berdasarkan analisis SDKI Ari, et al., (2015), menjelaskan bahwa ibu hamil yang tidak rutin dalam mengkonsumsi tablet Fe akan mengalami anemia sebesar 311,6 kali dibandingkan dengan ibu hamil yang rutin mengkonsumsi tablet Fe.

Pada penelitian sebelumnya, masih ada faktor yang belum diteliti. Nutrisi akan menghasilkan status gizi yang sudah diteliti oleh para peneliti. Nutrisi ini mengukur seberapa asupan gizi yang telah dikonsumsi oleh ibu hamil saat ini, dari tahun ke tahun anemia pada ibu hamil ini masih meningkat. Tablet tambah darah yang dikonsumsi hanya di pagi hari. Perlu adanya penelitian dengan menyisipkan kekurangan yang ada di jurnal, agar mengetahui tindakan selanjutnya.

Pada penelitian Notesya, et al., (2018), anemia pada ibu hamil 1,2 kali lebih besar pada ibu hamil yang tidak patuh dalam mengkonsumsi tablet tambah dibandingkan dengan ibu hamil yang patuh dalam mengkonsumsi tablet tambah darah. Pada penelitian Abrori, et al., (2015), ibu hamil yang mempunyai status gizi berisiko KEK dengan LILA < 23,5 cm mempunyai peluang kemungkinan 2,7 kali lebih besar terjadinya anemia dibandingkan dengan status gizi tidak berisiko KEK dengan LILA > 23,5 cm. Berdasarkan peneliti tertarik unruk melakukan penelitian tentang anemia pada ibu hamil dengan tujuan penulisan literature riview ini untuk mengetahui status gizi dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah yang menyebabkan kejadian anemia itu terjadi. Menunjukkan hasil mana yang akan didapat.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode literature review. Database pada penelitian ini dalam mencari artikel berasal dari google scholar dan portal garuda. Pada google scholar menggunakan kata kunci “anemia, faktor kejadian anemia pada ibu hamil” diperoleh 30 artikel, portal garuda menggunakan kata kunci “anemia, faktor kejadian anemia pada ibu hamil” diperoleh 20 artikel kemudian menggunakan kata kunci “penyakit infeksi, status gizi balita” diperoleh 1 artikel. Artikel tersebut diperoleh dengan melalui 3 screening. Screening 1 berdasarkan jurnal berbayar dan tidak berbayar, screening 2 berdasarkan judul dan abstrak, screening 3 dengan membaca semua isi jurnal dari latar belakang, metode serta hasil temuan.

HASIL

1. Status gizi dengan kejadian anemia pada ibu hamil

Tabel 1. Hasil Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Balita

No.	Penulis, Tahun	Kesimpulan
1.	Kiki dan Malenywati (2015)	Anemia yang diderita masyarakat karena kekurangan asupan protein yang berdampak pada terganggunya penyerapan zat besi yang dibatasi

		melalui pemberian zat besi secara teratur baik itu dari makanan yang dikonsumsi maupun vitamin, hal ini akan berisiko LILA
2.	Yuviska, <i>et al.</i> , (2017)	Ibu hamil status gizinya kurang baik mengalami anemia
3.	Rismawati dan Etin (2017),	Status gizi yang kurang baik menyebabkan anemia pada ibu hamil hingga janinnya prematur
4.	Eka, <i>et al.</i> , (2017)	Gizi yang dikonsumsi oleh ibu hamil tidak meningkatkan status gizi dirinya, sehingga mengalami anemia
5.	Lestari dan Galuh (2017)	Kekurangan gizi berdampak buruk bagi ibu hamil menderita anemia..
6.	Astri, <i>et al.</i> , (2018)	Asupan gizi yang kurang akan menghambat penambahan zat besi pada ibu hamil
7.	Miarti, <i>et al.</i> , (2020)	Ibu hamil yang mengalami anemia memiliki status gizi baik
8.	Handayani (2016)	Pola makan ibu yang kurang baik seperti ibu kurang mengkonsumsi makanan yang mengandung zat besi
9.	Damayanti, <i>et al.</i> , (2017)	Status gizi dengan risiko tinggi dapat menyebabkan anemia saat hamil
10.	Windari, <i>et al.</i> , (2018)	Ibu hamil status gizi kurang disebabkan hilang nafsu makan
11.	Sunarti dan Andi (2019)	Kurangnya keseimbangan gizi dapat mengurangi zat besi yang masuk ke seluruh tubuh
12.	Muhtar (2019)	Kebanyakan ibu hamil yang mengalami anemia masih mengontrol status gizinya dengan baik
13.	Leny (2019)	Wanita usia subur termasuk ibu hamil yang menderita kekurangan makanan yang berlangsung menahun (kronis), sehingga mengakibatkan timbulnya gangguan kesehatan termasuk anemia
14.	Afriyanti (2020)	Terjadinya KEK pada ibu hamil biasanya berlangsung lama yaitu saat sebelum hamil. Pada saat hamil, kondisi KEK tersebut tidak berubah karena responden tidak mengkonsumsi makanan yang mencukupi kebutuhan gizi untuk kehamilannya.

Berdasarkan Tabel 1 bahwa 1 dari 14 artikel yaitu milik Muhtar (2019), menyatakan status gizi dengan kejadian anemia pada ibu hamil tidak ada hubungan. 13 dari 14 artikel menyatakan status gizi memiliki keterkaitan dengan kejadian anemia pada ibu hamil.

2. Kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia pada ibu hamil

Tabel 2. Hasil Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil

No.	Penulis, Tahun	Kesimpulan
1.	Ari, <i>et al.</i> , (2017)	Ibu hamil yang tidak patuh mengkonsumsi tablet Fe, tidak

		memperhatikan faktor lain yang dapat menyebabkan anemia kehamilan
2.	Yuviska (2017)	Ibu hamil tidak patuh mengkonsumsi tablet tambah darah karena sering diabaikan dan hanya dilihat saja
3.	Dewi dan Fitriyani (2018)	Wanita hamil yang tidak mengambil tablet besi berada di 3,76 kali lebih berisiko terjadi anemia
4.	Rismawati dan Etin (2017)	Ibu hamil yang kurang minum tablet tambah darah atau dalam seminggu hanya mengkonsumsi satu tablet memiliki resiko mengalami anemia dua belas kali lipat.
5.	Lestari dan Galuh (2017)	Sebagian besar responden yang tidak patuh dalam mengkonsumsi tablet tambah darah adalah terkait waktu meminum tablet tambah darah, dikonsumsi hanya di pagi hari
6.	Astri, <i>et al.</i> , (2018)	Ibu hamil sering mengkonsumsi tablet tambah darah
7.	Diah, <i>et al.</i> , (2019)	Ibu hamil banyak membutuhkan zat besi untuk pembentukan janin pada trimester I, II dan III, namun ibu hamil tidak patuh mengkonsumsi tablet Fe dan asupan gizi yang kurang sehingga hal ini menyebabkan ibu menjadi anemia.
8.	Miarti, <i>et al.</i> , (2020)	Sebagian besar responden patuh dalam mengkonsumsi tablet tambah darah selama kehamilan
9.	Handayani (2016)	Kurangnya masukan tablet besi kedalam tubuh sebagai tambahan untuk kebutuhan zat besi selama hamil.
10.	Damayanti <i>et al.</i> , (2017)	Penyebab ibu hamil mengalami anemia, karena tidak patuh dalam mengkonsumsi tablet tambah darah
11.	Windari, <i>et al.</i> , (2018)	Ibu hamil tidak patuh mengkonsumsi tablet tambah darah, banyak yang mengalami anemia
12.	Sunarti dan Andi (2019)	Kurangnya dukungan untuk mengkonsumsi tablet tambah darah, ibu hamil mengalami anemia

Berdasarkan Tabel 2 bahwa 2 dari 12 artikel yaitu milik artikel penelitian Miarti, et al., (2020), dan Muhtar (2019) menyatakan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia pada ibu hamil tidak ada hubungan karena sudah mengkonsulkan dirinya saat hamil 30 hari, agar tidak terjadi anemia. 10 artikel menyatakan bahwa kepatuhan konsumsi tablet tambah darah memiliki keterkaitan dengan kejadian anemia pada ibu hamil.

PEMBAHASAN

1. Status gizi dengan kejadian anemia pada ibu hamil

Status gizi yang berisiko LILA perlu tambahan gizi yang banyak karena selain digunakan untuk pertumbuhan dan perkembangan dirinya sendiri juga harus berbagi dengan janin yang sedang dikandung^{[3][15]}. Peningkatan berat badan ditrimester pertama relatif sedikit, tidak naik atau berkurang karena muntah-muntah. Peningkatan berat badan yang cukup pesat terjadi di trimester 2 dan 3, sehingga perlu pemantauan ekstra terhadap berat badan. Pemenuhan nutrisi yang baik sangat dibutuhkan pada masa kehamilan untuk memenuhi kebutuhan tumbuh kembang janin, pemeliharaan kesehatan ibu dan persediaan laktasi. Salah satu kekurangan nutrisi pada ibu hamil dapat mengakibatkan anemia. Agar

perkembangan janin berjalan dengan baik, dan ibu hamil dapat menjalani hari-hari kehamilannya dengan sehat, ibu hamil harus mengkonsumsi gizi yang seimbang^{[4][11]}.

Keadaan ibu hamil yang status gizinya kurang baik yang menyebabkan anemia, pada keadaan ini ibu hamil perlu mengkonsumsi makanan yang dapat memperbaiki status gizinya, dan mendapat tambahan tablet zat besi sejak mulai hamil sampai periode menyusui^{[5][12]}. Ibu hamil yang status gizinya masih kurang baik disebabkan karena status gizi merupakan hasil akhir dari keseimbangan antara makanan yang masuk ke dalam tubuh dengan kebutuhan tubuh akan zat gizi tersebut. Status gizi keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi, dibedakan gizi buruk, kurang, baik, dan lebih tubuh manusia, dan lingkungan hidup manusia. Status gizi Ibu hamil sangat pengaruh pertumbuhan janin dalam kandungan, dan akan mengakibatkan terhambatnya pertumbuhan otak janin^{[6][14]}. Pilihan makanan yang mengandung zat gizi pada ibu hamil untuk mendapatkan asupan gizi yang seimbang untuk kehamilannya. Ibu hamil membutuhkan gizi lebih untuk dibagi dua dengan janin yang dikandungnya, maka dari itu sangat perlu untuk memakan-makanan yang mengandung zat besi, bahkan pada masa kehamilan ini dengan gizi saja belum cukup maka dari itu perlu juga mengkonsumsi tablet tambah darah^[13].

2. Kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia pada ibu hamil

Ibu hamil perlu mengkonsumsi tablet tambah darah selama kehamilan, karena kebutuhan zat besi ibu hamil meningkat selama kehamilan. tablet tambah darah adalah garam besi dalam bentuk tablet atau kapsul yang apabila dikonsumsi secara teratur dapat meningkatkan jumlah sel darah merah. sebagian besar ibu hamil yang patuh dalam mengkonsumsi tablet Fe banyak yang mengalami anemia kehamilan, hal ini disebabkan karena ibu hamil yang patuh mengkonsumsi tablet tambah darah namun tidak memperhatikan faktor lain yang dapat menyebabkan anemia kehamilan^{[7][16]}. Zat besi memiliki peranan yang cukup penting untuk pertumbuhan janin zat besi juga membantu dalam mempercepat proses penyembuhan luka khususnya luka yang timbul dalam proses persalinan, ibu perlu mendapat tambahan tablet zat besi sejak mulai hamil sampai periode menyusui. Zat gizi yang diterima harus dibagi antara si ibu dan janin, yang nantinya ibu akan mengalami kekurangan satu atau lebih zat gizi yang akhirnya menimbulkan salah satunya adalah anemia^[5]. Ibu hamil dianjurkan mengkonsumsi tablet tambah darah minimal 90 tablet selama kehamilan, karena pada wanita hamil cenderung mengalami defisiensi baik zat besi maupun folat. Kebutuhan ibu hamil akan tablet tambah darah meningkat untuk pembentukan plasenta dan sel darah merah sebesar 200-300%^{[8][19]}.

Perilaku ibu hamil yang tidak patuh bisa disebabkan kurangnya pengetahuan mengenai fungsi dari tablet tambah darah. Sebagian besar responden yang tidak patuh dalam mengkonsumsi tablet tambah darah adalah terkait waktu meminum tablet tambah darah, sebagian responden meminum tablet tambah darah dipagi hari^{[9][18]}. Pada ibu hamil dengan usia muda masih membutuhkan asupan gizi yang banyak kemudian di tambah dengan kehamilan, berarti zat gizi yang diterima harus dibagi antara si ibu dan janin, yang nantinya ibu akan mengalami kekurangan satu atau lebih zat gizi yang akhirnya menimbulkan salah satunya adalah anemia. Sedangkan ibu hamil pada usia terlampaui tua (> 35 tahun), fungsi organ tubuhnya yang telah mengalami kemunduran atau degenerasi, oleh karena itu selama kehamilan hemoglobin dalam sel darah merah mengalami penurunan^[10]. Bagi ibu hamil diberikan 1 (satu) kali sehari setiap hari selama masa kehamilannya atau minimal 90 (sembilan puluh) tablet. Sering kali para ibu tidak mengetahui dirinya kekurangan asam folat karena sebagian besar kehamilan terjadi tanpa direncanakan. Karena itu, ibu pun sering tidak membekali diri dengan gizi yang mencukupi ketika sebelum dan sesudah kehamilan^[19].

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan penelitian literature review yang telah dipaparkan diatas, terdapat kesimpulan bahwa status gizi dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah memiliki keterkaitan dengan kejadian anemia pada ibu

hamil. Saran pada penelitian ini bagi tenaga kesehatan memberikan pengetahuan kepada ibu hamil terkait status gizi dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah.

DAFTAR RUJUKAN

- [1] Departemen Kesehatan RI, 2018. *Anemia pada ibu hamil 2018*.
- [2] Amiruddin, 2014. *Faktor-Faktor Terjadinya Anemia Pada Ibu Hamil*. Surakarta.
- [3] Kiki, & Marlenywati., 2015. Faktor Anemia Ibu Hamil di Puskesmas Putussibau Selatan. *Jurnal Vokasi Kesehatan*, 1(4), pp. 99 -104.
- [4] Rismawati, S, & Etin. R., 2017. Analisis Penyebab Terjadinya Anemia pada Ibu Hamil. *Jurnal Kesehatan*, 1(3), pp. 25-36.
- [5] Yuviska, I, A., 2017. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil Trimester III di BPS Desi Andriani Kelurahan Sukaraja Bandar Lampung Tahun 2016. *Jurnal Kesehatan Holistik*, 11(3), pp. 132-139.
- [6] Handayani, S., 2016. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil di Puskesmas Sambutan Kota Samarinda. *Mahakam Midwifery Journal*, 1(2), pp. 126-138.
- [7] Ari, dan Keisnawati., 2015. Faktor-Faktor Terjadinya Anemia Pada Ibu Primigravida di Wilayah Kerja Puskesmas Pringsewu Lampung. *Jurnal Keperawatan*, 6(2), pp. 79-87.
- [8] Sunarti, A, S, & Andi. K., 2019. Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Puskesmas Sanrobone Kabupaten Takalar. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*, 2(2), pp. 134-147.
- [9] Ketut, N, M, & Sunarsih, N., 2020. Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil di Puskesmas Dana dan Puskesmas Pasir Putih Kabupaten Muna. *Midwifery Journal*, 5(1), pp. 13-18.
- [10] Windari, L, Naintina, L, & Tomi, H., 2018. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Kecamatan Jatiluhur Kabupaten Purwakarta. *Journal of Holistic and Health Sciences*, 2(1), pp. 44-48.
- [11] Lestari, M, P, & Galuh N, P., 2017. Faktor Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil. *Faktor Kejadian Anemia*, 1(3), pp. 43-52.
- [12] Amartami, R, Eka, F, Yuninda, H, & Lea, M., 2017. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil. *Jurnal Kebidanan*, 7(2), pp. 140-147.
- [13] Astri, N, A, Zahroh, S, & Ani, M., 2018. Analisis Faktor Penyebab Anemia pada Ibu Hamil di Puskesmas Kairatu Seram Barat. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 3(2), pp. 173-181.
- [14] Afriyanti, D., 2020. Faktor Risiko yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Kota Bukittinggi. *Menara Ilmu*, 14(1), pp. 6-23.
- [15] Damayanti, & Rasmaliah., 2017. Hubungan Faktor Internal dan Eksternal dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Teladan Kecamatan Medan Kota. *Jurnal Epidemiologi*, 1(2), pp. 122-134.
- [16] Dewi, R A, & Fitriyani., 2018. Faktor Internal dan Eksternal yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia di Wilayah Kabupaten Pekalongan. *Motorik*, 11(25), pp. 38-52.
- [17] Diah,P, P, Yuka, O, & Irwa, S., 2019. Faktor yang Berhubungan dengan Anemia pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Simpang Kiri Kota Subulussalam Provinsi Aceh. *Jurnal Kesehatan*, 2(4), pp. 389-402.
- [18] Muhtar, A., 2019. Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil Berkunjung

- di Puskesmas Sudiang Kota Makassar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 14(1), pp. 16-20.
- [19] Leny, 2019. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil. *Jurnal Medical Science Ilmu Kesehatan Akademi Kebidanan Budi Mulia Palembang*, 9(2), pp. 161-167.