

HUBUNGAN PENGETAHUAN NUTRISI IBU HAMIL TERHADAP ANEMIA DI RUMAH BERSALIN TUTUN SEHATI TANJUNG MORAWA TAHUN 2015

Risma Dumiri Manurung

Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan

Abstrak

Bronkitis merupakan salah satu masalah gangguan saluran pernafasan bagian bawah yaitu peradangan bronkioli, bronkus dan trakea yang disebabkan virus Rhinovirus, *Respiratory Syncytial virus* (RSV), virus influenza, virus parainfluenza, dan coxsackie virus (Mutaqqin, 2008). Terbagi atas bronkitis akut dan bronkitis kronis. Bronkitis akut adalah radang bronkus, mengenai trakhea dan laring dan timbul akibat kelainan jalan nafas sedangkan bronkitis kronis kelainan pada bronkus bersifat menahun, berlangsung selama 3 bulan dalam 1 tahun selama 2 tahun berturut-turut (Somantri, 2007). Tindakan keperawatan pada pasien bronkitis berupa latihan pernafasan, pemantauan status pernafasan, membimbing pasien untuk memperlambat pernafasan dan mengendalikan respon dirinya. Salah satu tindakan keperawatan yang dapat diberikan adalah latihan nafas (Wilkinson, 2011). Latihan pernafasan bermanfaat untuk mencapai ventilasi yang lebih terkontrol, efisien dan mengurangi kerja bernafas (Smelzer & Bare, 2013). Latihan pernafasan yang dapat diterapkan pada pasien dengan bronkitis salah satunya adalah latihan *pursed lips breathing* (PLB) (Dufton, 2012). PLB bermanfaat meningkatkan kekuatan otot-otot inspirasi, dimana tahanan pada saat ekspirasi dapat mengurangi kolaps pada jalan nafas sehingga terjadi peningkatan kekuatan otot pernafasan dan pertukaran gas alveolar menjadi lebih baik. Terjadinya pertukaran udara secara menyeluruh di paru-paru dan memudahkan untuk bernafas, memberikan paru-paru tekanan kecil kembali dan menjaga saluran udara terbuka untuk waktu yang cukup lama sehingga dapat memperlancar proses oksigenasi di dalam tubuh, menurunkan kejadian hiperventilasi dan hipoksia (Smelzer & Bare, 2013). Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh latihan *pursed lips breathing* (PLB) terhadap Arus Puncak Ekspirasi (APE) dan status oksigenasi (RR, HR dan Saturasi Oksigen) pada Anak Penderita Bronkitis selama 2 minggu. Jenis penelitian *quasi eksperiment* dengan rancangan penelitian *one group pre-posttest design*. Populasi penelitian anak dengan bronkitis yang dirawat di rumah sakit kota Medan dengan besar sampel 30 responden. Teknik pengambilan sampel *consecutive sampling* yang dilakukan sebelum dan setelah latihan PLB. Analisa data secara univariat untuk proporsi umur dan jenis kelamin responden, analisa bivariat untuk mengetahui perbedaan Arus Puncak Ekspirasi (APE) dengan *paired sample t test* sebelum dan setelah pemberian latihan PLB dengan taraf kepercayaan 95%. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi peningkatan APE dan SaO₂ serta penurunan RR dan HR setelah dilakukan latihan PLB. Berdasarkan uji statistik diperoleh bahwa nilai *p value* <0,05 yang artinya ada pengaruh latihan *pursed lips breathing* (PLB) terhadap Arus Puncak Ekspirasi (APE) dan status oksigenasi (RR, HR dan Saturasi Oksigen) pada Anak Penderita Bronkitis.

Kata kunci : latihan PLB, Arus Puncak Ekspirasi (APE), Status oksigenasi (RR, HR dan Saturasi Oksigen), Anak Penderita Bronkitis

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan proses yang diawali dengan bertemunya sel telur dengan sel sperma membentuk sel yang akan bertumbuh. Pada proses kehamilan akan banyak terjadi perubahan baik fisik, sosial maupun mental. Calon ibu harus tetap berada dalam keadaan sehat karena seorang ibu tidak hidup dengan sendiri tetapi ibu hidup dengan janin yang ada didalam kandungannya, oleh karena itu, ibu harus memiliki gizi yang cukup sebelum dan ketika hamil (Kristiyanasari, 2010).

Makanan bernutrisi bagi ibu hamil merupakan salah satu faktor penentu terjadinya kehamilan yang sehat. Seorang ibu hamil harus memperhatikan nilai gizi atau nutrisi pada makanan yang hendak dikonsumsi. Artinya, bila kebutuhan gizi selama hamil terpenuhi, maka ibu dan bayi didalam kandungannya akan terhindar dari resiko kekurangan gizi (Aizid, 2010).

Data WHO menyebutkan bahwa dua miliar penduduk dunia terkena anemia dengan tanda-tanda kulit pucat, rasa lelah, napas pendek, kuku mudah pecah, kurang selera makan, dan sakit kepala sebelah depan. Walau terkadang tidak ada keluhan pasien mengalami anemia

ringan. Anemia apabila Hemoglobin (Hb) dalam darah kurang dari 13 g/dl untuk pria dan kurang dari 12g/dl untuk wanita (Prasetyono, 2010).

Sebagian besar perempuan mengalami anemia selama kehamilan, data *World Health Organization* (WHO) memperkirakan bahwa pada negara berkembang sekitar 35-75% ibu hamil mengalami anemia sedangkan di negara maju sekitar 18% ibu hamil mengalami anemia (Prawirohardjo, 2012). Anemia pada ibu hamil merupakan masalah di Indonesia yang dapat meningkatkan resiko morbiditas dan mortalitas bagi bayi dan ibu hamil yang disebabkan defisiensi zat besi. Anemia defisiensi zat besi lebih cenderung berlangsung di negara sedang berkembang, dibandingkan negara yang sudah maju. Data menyebutkan 1400 juta orang (36%) dari perkiraan populasi 3800 juta orang pada negara berkembang menderita anemia, sedangkan prevalensi pada negara maju hanya sekitar 8% (atau kira-kira 100 juta orang) dari perkiraan populasi 1200 juta orang (Arisman, 2010).

Tinggi rendahnya kematian ibu dan prenatal menjadi ukuran kemampuan pelayanan obstetri suatu negara. Indonesia dengan angka kematian ibu 390 per 100.000 kelahiran hidup, menunjukkan bahwa kemampuan pelayanan obstetri belum menyentuh masyarakat dengan cakupan bermutu dan menyeluruh. Bila di Indonesia persalinan diperkirakan 5.000.000, angka kematian ibu sekitar 18.500 - 19.000 pertahun. Kematian ibu berdampak bagi kerukunan keluarga dan bagi anak yang ditinggalkan. Oleh karena itu, harus diupayakan memberi pelayanan dan menekan angka kematian ibu dan prenatal (Manuaba, 2009). Kematian ibu saat hamil atau dalam waktu 42 hari sesudah berakhirnya kehamilan, tidak bergantung pada tempat atau usia kehamilan. Dapat diakibatkan komplikasi kehamilan, persalinan, atau masa nifas, dan dalam penanganan yang adekuat. Disamping itu juga dapat diakibatkan dari penyakit yang sudah ada atau penyakit yang timbul sewaktu kehamilan, misalnya anemia (Prawirohardjo, 2012).

Prevalensi anemia ibu hamil di Indonesia sebesar 70% atau 7 dari 10 wanita hamil menderita anemia. Anemia defisiensi besi dijumpai pada 40% ibu hamil. Angka kejadian anemia kehamilan di Surakarta tahun 2009 sekitar 9,39%. Tercatat bahwa dari 11.441 ibu hamil terdapat 1.074 yang mengalami anemia selama kehamilan (Dinkes Propsi, 2010).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh St. Fatimah Makasar (2012) dari 33 responden, terdapat 10 responden (30,3%) yang pengetahuannya rendah dan beresiko mengalami anemia selama kehamilan dan terdapat 3 responden (9,1%) yang pengetahuannya baik namun beresiko mengalami anemia selama kehamilan hasil pembentukan tersebut menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu hamil tentang nutrisi dengan kejadian anemia selama kehamilan.

Berdasarkan Profil Dinas Kesehatan Kota Medan (2012), survei anemia pada ibu hamil adalah kondisi ibu dengan kadar Hb dalam darah dibawah 11g/dl pada trimester I dan III atau kadar hemoglobin < 10,5 g/dl pada trimester II (Dinkes Propsi, 2012).

Salah satu upaya yang dilakukan untuk menurunkan prevalensi anemia adalah dengan pemberian tablet besi (Fe) sebanyak 90 tablet selama masa kehamilan. Cakupan ibu hamil yang mendapat 90 tablet besi di Sumatera Utara menunjukkan kenaikan yaitu 33,03% tahun 2003, naik menjadi 53,09% tahun 2005 dan menjadi 75% di tahun 2007 dan tahun 2008 turun 0,3% angka ini masih jauh dari target yang di tentukan yaitu 80% (Dinkes Propsi, 2012). Dari survei awal yang telah dilakukan di RB Tutun Sehati Tanjung Morawa (Januari-Desember) ada 1125 orang yang kunjungan Ante Natal Care (ANC), 40 diantaranya melakukan pemeriksaan Hb dan terdapat 20 orang (55,5%) ibu hamil yang mengalami anemia. Berdasarkan Pendahuluan diatas peneliti merasa tertarik ingin mengetahui dan melakukan penelitian tentang Hubungan pengetahuan nutrisi ibu hamil terhadap anemia.

TUJUAN PENELITIAN

1. Mengetahui proporsi pengetahuan nutrisi ibu hamil dan proporsi kejadian anemia pada ibu hamil di RB Tutun Sehati Tanjung Morawa
2. Mengetahui hubungan Pengetahuan Nutrisi Ibu hamil terhadap anemia di RB Tutun Sehati Tanjung Morawa

Hipotesis : Ada hubungan Pengetahuan Nutrisi Ibu Hamil terhadap Anemia

METODE

Desain penelitian yang digunakan adalah survei analitik dengan cross sectional, populasi penelitian adalah seluruh ibu hamil yang datang berkunjung ke Rumah Bersalin Tutun Sehati yang melakukan pemeriksaan kehamilan dengan pemeriksaan hemoglobin pada tiap bulannya sebanyak 43 orang. Jumlah sampel 43 orang (total populasi) dengan tehnik pengambilan sampel *Accidental Sampling*. Metode pengumpulan data dengan cara membagi kuisioner dan melakukan cek hemoglobin (Hb) sesuai kriteria penelitian. Pengolahan Data dengan proses *editing*, *tabulating* dan *scoring*. Analisa Data secara univariat : untuk mengetahui tingkat pengetahuan responden terhadap nutrisi ibu dengan 20 pertanyaan dengan kriteria jawaban yang benar diberi skor 1 dan salah diberi skor 0.

- a. Pengetahuan baik, apabila responden dapat menjawab dengan benar 17-20 pertanyaan dengan total skor 76-100%
- b. Pengetahuan cukup, apabila responden dapat menjawab dengan benar 14-60% pertanyaan dengan total skor 56-75%
- c. Pengetahuan kurang, apabila responden dapat menjawab dengan benar 0-3 pertanyaan dengan total skor < 56%.

Sedangkan analisa bivariat dengan menggunakan uji chi square.

Hasil analisa statistik dianggap bermakna jika nilai $p < 0,05$ atau dengan kata lain H_0 diterima apabila $p < 0,05$ dan H_0 ditolak jika $p > 0,05$

HASIL

a. Pengetahuan

Tabel 4.1 : Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Hamil Di Klinik Tutun Sehati Tanjung Morawa Tahun 2015 tentang Nutrisi ibu hamil

Pengetahuan	F	%
Baik	26	60,5
Cukup	11	25,6
Kurang	6	13,9
TOTAL	43	100

Berdasarkan tabel 4.1 bahwa mayoritas responden yang berpengetahuan baik sebanyak 26 orang (60,5%).

b. Anemia

Tabel 4.2 : Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kejadian Anemia Di Klinik Tutun Sehati Tanjung Morawa Tahun 2015

Kejadian	F	%
Anemia	16	37,2
Tidak Anemia	27	62,8
TOTAL	43	100

Pada tabel diatas bahwa mayoritas responden tidak anemia sebanyak 27 orang (62,8%).

c. Hubungan pengetahuan nutrisi ibu hamil dengan kejadian anemia

Tabel 4.3 : Distribusi Frekuensi Hubungan Pengetahuan Nutrisi Ibu Hamil terhadap Anemia di Klinik Tutun Sehati Tanjung Morawa Tahun 2015.

pengetahuan	Kejadian				Total F	%	p
	anemia		Tdk anemia				
uan	F	%	F	%			
Baik	3	11,5	23	88,5	26	100	0,000
Cukup	7	63,6	4	36,4	11	100	
Kurang	6	100	0	0	6	100	
Total	16	37,2	27	62,8	43	100	0,000

Dari tabel 4.3 bahwa mayoritas responden yang tidak anemia memiliki pengetahuan baik sebanyak 23 orang (88,5%), mayoritas pengetahuan responden cukup sebanyak 63,6 % menderita anemia dan pengetahuan kurang sebanyak 6 orang (100%) menderita anemia. Hasil uji chi-square dapat dilihat dari nilai hitung p 0,000 ($\alpha < 0,05$), sehingga secara signifikan ada hubungan pengetahuan nutrisi ibu hamil dengan kejadian anemia pada ibu hamil.

PEMBAHASAN

a. Pengetahuan Ibu Hamil

Pengetahuan adalah hasil tahu, dan hal ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan melalui indra penglihatan, pendengaran, penciuman, raba dan rasa sebagian besar pengetahuan diperoleh melalui mata dan telinga (Notoatmodjo, 2012). Pada tabel 4.1 bahwa ibu hamil berpengetahuan baik sebanyak 26 orang (60,5%). Dimana hasil penelitian responden mengetahui tentang nutrisi selama masa kehamilan dan pentingnya zat besi untuk mencegah anemia.

Sesuai dengan teori bahwa ibu hamil memerlukan nutrisi selama hamil sebesar mengandung 300 Kkal setiap hari, makanan dan gizi seimbang diperoleh dari karbohidrat, lemak, protein, serta vitamin dan mineral. Tambahan vitamin, baik B kompleks, vitamin A, vitamin C, vitamin E diperlukan ibu hamil untuk meningkatkan kebugarannya (Laila, 2011). Perlu lebih banyak zat besi untuk membentuk hemoglobin. Dalam keadaan hamil, suplai zat besi dari makanan masih belum mencukupi sehingga dibutuhkan suplemen berupa tablet zat besi (Depkes RI, 2009).

Sejalan dengan hasil penelitian Sunarti Dode dkk (2012). Ibu hamil memiliki pengetahuan baik, dikarenakan ibu hamil mampu menyerap berbagai informasi, yang menyangkut kesehatannya salah satunya adalah pentingnya nutrisi selama kehamilan sebagai penunjang kesehatan ibu dan janin. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Dina Setiawati (2012), bahwa semakin baik pengetahuan ibu, maka semakin baik pula pemahaman tentang nutrisi pada masa kehamilan, sehingga diharapkan ibu hamil mampu untuk memenuhi kebutuhan tentang pentingnya nutrisi selama kehamilan. Eka Wardani (2013), dalam penelitian yang dilakukannya, mengatakan peningkatan pengetahuan diperoleh melalui media massa ataupun media elektronik akan dapat meningkatkan pemahaman ibu hamil tentang pentingnya asupan nutrisi selama kehamilan dan anemia sebagai dampak kurangnya nutrisi selama kehamilan tidak dapat terjadi.

Pada hasil penelitian ini ditemukan juga ibu yang berpengetahuan kurang sebanyak 6 orang (14,0%). Kurangnya pengetahuan responden akan informasi tentang asupan nutrisi yang adekuat semasa kehamilan dapat berdampak terhadap tumbuh kembang janin dan anemia.

b. Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil

Anemia adalah kondisi ibu dengan kadar hemoglobin (Hb) dalam darahnya kurang dari 12 g/dl (Winkjosastro, 2002) sedangkan anemia dalam kehamilan adalah kondisi ibu dengan kadar hemoglobin dibawah 11 g/dl pada trisemester I dan III atau kadar $<10,5$ g/dl pada trimester II (Saifuddin, 2002).

Hasil tabel 4.2 menunjukkan bahwa mayoritas ibu tidak anemia sebanyak 27 orang (62,8%), dan ada 16 orang (37,2 % yang anemia. Asupan gizi dan nutrisi yang baik dan tepat sangat dibutuhkan untuk mengurangi resiko penurunan kesehatan bagi ibu dan janin. Setiap makanan yang dikonsumsi oleh ibu akan mempengaruhi kondisi kesehatan janin. Ibu hamil tidak lagi bertanggung jawab atas dirinya sendiri tetapi juga pada janin yang dikandungnya, karena itu kehamilan menyebabkan meningkatnya metabolisme energi, karena itu membutuhkan energi dan zat gizi yang meningkat selama kehamilan. Peningkatan energi dan zat gizi tersebut diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan janin, penambahan besarnya organ kandungan, perubahan komposisi dan metabolisme ibu (Martini dan Prasetyowati, 2009)

Penelitian sesuai dengan Tarwoto (2008), bahwa anemia adalah menurunnya hemoglobin sehingga kapasitas daya angkut oksigen untuk kebutuhan organ-organ vital pada ibu dan janin berkurang. Dan

pengetahuan ibu yang baik akan memperbaiki pola nutrisinya selama kehamilan, sehingga angka kejadian anemia pada ibu hamil dapat berkurang. Status gizi yang buruk berdampak sebagai faktor penyebab dari terjadinya kasus anemia (Atikah, 2009).

c. Hubungan Pengetahuan Nutrisi Ibu Hamil dengan anemia

Hubungan pengetahuan nutrisi ibu hamil dengan Kejadian Anemia berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada 43 responden di Klinik Tutun Sehati Tanjung Morawa setelah diuji statistik dengan menggunakan uji chi-square menunjukkan ada hubungan signifikan pengetahuan ibu hamil dengan kejadian anemia, diperoleh nilai p value = 0,000 ($p < 0,05$) dengan tingkat kepercayaan 95%. Hasil penelitian ini sesuai dengan Rustam Muchtar (2012), bahwa semakin baik pengetahuan ibu maka semakin banyak ibu hamil yang tidak terkena anemia karena ibu dapat memperbaiki pola makannya selama kehamilan. Apabila kebutuhan nutrisi ibu hamil terpenuhi maka akan didapat kehamilan yang sehat dan ibu bisa terhindar dari Anemia. Menurut penelitian Sunarti Dode dkk, (2012), bahwa pengetahuan seseorang yang rendah, maka berdampak terhadap ketidakmampuan seseorang dalam memenuhi kebutuhan nutrisi selama kehamilan salah satunya terjadinya anemia selama kehamilan. Dari hasil penelitian juga menunjukkan responden yang berpengetahuan kurang sebanyak 6 orang (13,9%). Hasil penelitian bahwa adanya responden yang tidak mengetahui fungsi asam folat selama kehamilan, faktor penyebab anemia dan ukuran batasan normal hemoglobin ibu hamil. Hasil penelitian St. Fatimah Makasar, (2012) menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu hamil tentang nutrisi dengan kejadian anemia selama kehamilan.

KESIMPULAN

Berdasarkan dari hasil analisa data yang telah dilakukan tentang Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Nutrisi Selama Kehamilan dengan Kejadian Anemia di Klinik Tutun Sehati Tanjung Morawa dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Mayoritas responden berpengetahuan baik tentang nutrisi selama kehamilan sebanyak 26 responden (60,5%).
2. Mayoritas responden tidak anemia yaitu sebanyak 27 responden (62,8%).
3. Adanya hubungan yang signifikan pengetahuan ibu hamil tentang nutrisi terhadap kejadian anemia dengan nilai hitung p 0,000 ($\alpha < 0,05$).

SARAN

1. Diharapkan kepada pihak petugas kesehatan dalam hal ini perawat di Klinik Tutun Sehati Tanjung Morawa untuk dapat memberikan informasi melalui pemberian penyuluhan tentang anemia pada ibu

hamil dan nutrisi yang di butuhkan selama proses kehamilan.

2. Ibu hamil perlu periksa rutin ke klinik selama masa kehamilan seperti ANC, timbang berat badan dan periksa hemoglobin untuk mengetahui nutrisi dan hemoglobin anemia.
3. Penulis berharap agar penelitian ini dapat dilanjutkan dengan variabel yang lain seperti faktor sosial ekonomi dan pendidikan.
4. Bagi institusi pendidikan agar lebih menambah wawasan bagi mahasiswa tentang nutrisi selama kehamilan dengan anemia pada ibu hamil.

DAFTAR PUSTAKA

- Aizid,Rizem. 2010. Menu-Menu Murah Sehat Ibu Hamil. Yogyakarta: buku Biru
- Almatsier, Sunita. 2010. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: PT Gramedia Utama Jakarta
- Arisman, 2010. Gizi Dalam Daur Kehidupan. Jakarta: EGC
- A, Laila. 2011. Ibu hamil sehat bayipun Sehat. Surabaya :Indah
- Devi, Nirmala. 2010. Nutrition and food Gizi Untuk Keluarga. Jakarta : PT Kompas Media Nusantara
- Iman, Muhammad. 2011. Panduan penyusunan Karya Tulis Ilmiah Bidang Kesehatan. Medan : Cita Pustaka Media Perintis
- Kristiyanasari. 2010. Gizi Ibu Hamil. Yogyakarta: Nuha Medika
- Manguji, betty. 2013 . Asuhan kebidanan 7 Lngkah Soap. Jakarta : EGC
- Mochtar, Rustam. 2012. Sinopsis Obstetri. Jakarta : EGC
- Muliarini, Prita. 2012. Pola Makan Dan Gaya Hidup Sehat Selama Kehamilan. Yogyakarta: Nuha Medika
- Notoadmodjo, Soekidjo. 2010. Metode penelitian Kesehatan . Jakarta :PT Rineke Cipta
- Nugroho, Taufan. 2012. Patologi Kebidanan. Yogyakarta. Nuha Medika
- Proverawati, Atikah. 2011. Anemia dan Anemia Kehamilan. Yogyakarta : Nuha Medika
- Prasetyono, 2009. Mengenal Menu Sehat Ibu Hamil. Yogyakarta : Ita Dewi Yanto
- Tarwoto. 2008. Keperawatan Medikal Bedah Gangguan Sitem Hematologi. Jakarta Timur: Trans info Media
- Tarwoto. 2007. Anemia Pada Ibu Hamil. Jakarta: Trans Info Media
- Waryana. 2012. Gizi Reproduksi. Yogyakarta : Pustaka Rihama
- Fatimah, ST. 2012. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil Tentang Nutrisi dengan Kejadian Anemia Selama Kehamilan : Stikes Nani Hasanuddin Makassar.
- Hidayah W. dkk. 2012. Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil Mengonsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Anemia di Desa Pageraji Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas. Purwokerto : Bidan Prada.