

KONSELING MEMPERBAIKI PERILAKU PENCEGAHAN ANEMIA IBU HAMIL

(Counseling Improves Anemia Prevention Behavior of Pregnant Women)

Mira Triharini*, Tiyas Kusumaningrum*, Christine Octaviani*

ABSTRACT

Introduction: Pregnancy closely associated with anemia, where the condition of mothers with Hb under 11gr% in 1st and 3rd trimester or Haemoglobin (Hb) levels below 10.5 g% in 2nd trimester. Knowledge, attitudes and practices of pregnant women on preventing anemia during pregnancy is one of the factors that influence incidence of anemia which affects the health of babies. Objective of this study was to explain the effect of counseling toward anemia prevention behaviour (knowledge, attitude, practice) of pregnant women. **Method:** A pre-experimental (one group pretest-posttest) simple random sampling design was used in this study. Population of this study was all pregnant women in Mrs. Wolita midwife practice Surabaya (as many as 30 pregnant women a month). Sample of these 28 pregnant women were recruited over period of this study. Independent variable was counseling, while the dependent variable were knowledge, attitudes and practice. Data were collected by using questionnaires and analyzed with the Wilcoxon Signed Rank Test with significance level of $\alpha \leq 0.05$. **Result:** The result showed that counseling effected behaviour (knowledge, attitude and practice) of pregnant women on anemia prevention with significance level $p=0.000$ (knowledge); $p=0.007$ (attitude) and $p=0.027$ (practice). **Analysis:** It can be concluded that counseling or health education about prevention of pregnancy anemia is needed for pregnant women. **Discussion:** It is recommended that regular counseling must be provided by counselor to prevent anemia during pregnancy. Haemoglobin of pregnant women should also be checked regularly in the midwife practices, as a first step effort to decrease the incidence of anemia in pregnant women.

Keywords : anemia during pregnancy, behaviour, counseling.

* Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga Kampus C Mulyorejo Surabaya. Telp/Fax: (031) 5913257, E-mail: mira.tri_ners@unair.ac.id

PENDAHULUAN

Selama kehamilan terjadi peningkatan volume plasma dan sel darah merah ibu sekitar 45% diatas volume sebelum hamil. Tetapi peningkatan jumlah sel darah merah lebih kecil daripada peningkatan volume plasma sehingga terjadi anemia delusional (Sarwono, 2002). Kehamilan erat hubungannya dengan anemia, yaitu kondisi ibu dengan kadar Hb dibawah 11 gr % pada trimester I dan III atau kadar Hb < 10.5 gr % pada trimester II. Nilai batas dan perbedaan dengan kondisi tidak hamil terjadi karena hemodilusi (Sarwono, 2002).

Hertanto (2006) menyatakan bahwa banyaknya ibu hamil yang menderita anemia, disebabkan oleh pengetahuan ibu hamil yang kurang tentang upaya pencegahan anemia pada masa kehamilan. Pengetahuan, sikap, dan tindakan ibu dalam mencegah anemia pada masa kehamilan merupakan salah satu faktor yang ikut mempengaruhi kejadian anemia yang berdampak pada kesehatan bayi. Pengetahuan ibu hamil yang kurang akan berakibat pada sikap dan tindakan ibu yang kurang optimal. Pengetahuan yang kurang tentang makanan yang banyak mengandung zat besi serta cara pengolahan yang benar juga menjadi faktor asupan zat besi yang tidak adekuat. Upaya yang telah dilakukan

selama ini adalah dengan pemberian suplemen tablet besi. Di BPS Wilayah Mojo (Ibu Wolita), konseling yang diberikan meliputi waktu mengkomsumsi tablet besi yaitu sebelum tidur, mengkonsumsi makanan yang bergizi dan anjuran rutin melakukan pemeriksaan kehamilan.

Data di Indonesia menunjukkan bahwa sekitar 20% wanita, 50% wanita hamil dan 3% pria kekurangan zat besi, yang merupakan salah satu penyebab anemia (Djumhana, 2006). Berdasarkan data World Health Organization (WHO) pada tahun 2005, bahwa setiap tahun wanita yang bersalin meninggal dunia mencapai lebih dari 500.000 orang (Wiknjastro, 2005). Kematian ibu di sebabkan oleh faktor perdarahan, eklamsi dan penyebab tidak langsung yaitu anemia (Yeni, 2009). Didapatkan angka prevalensi anemia yang sangat tinggi di New Delhi, India yaitu dari 1150 orang wanita, 96% di antaranya terkena anemia (89,8% anemia sedang, 5,3% anemia berat). Kejadian anemia di dapatkan 96,18% pada wanita vegetarian, dan 95,3% pada wanita mengkonsumsi daging halal. Tingginya kejadian anemia masa kehamilan di New Delhi mungkin juga di sebabkan karena jarangya frekuensi mengkonsumsi daging (Sharma et al, 2003). Menurut Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) pada tahun 2005 Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia yaitu 262/100.000 Kelahiran Hidup. (Yeni, 2009). Mayoritas kematian ibu disebabkan oleh perdarahan yang tidak dapat di toleransi karena anemia. Hasil survey pendahuluan di BPS Wilayah Mojo (Ibu Wolita) didapatkan data pada pemeriksaan Hb 10 orang ibu hamil, 70% terkena anemia.

Pengetahuan yang kurang tentang upaya pencegahan anemia dapat menimbulkan sikap dan tindakan yang kurang tepat dalam penatalaksanaan mengurangi kejadian anemia. Beberapa ibu hamil memiliki pengetahuan kurang tentang cara mengkonsumsi tablet besi yang baik, seperti meminumnya dengan teh hangat atau juga setelah makan. Cara mengkonsumsi tablet besi yang kurang tepat akan mengakibatkan penyerapan terhadap tablet besi kurang baik. Sehingga tidak terjadi peningkatan kadar Hb yang di harapkan. Anemia pada masa kehamilan berdampak pada ibu dan janin. Anemia dapat

menyebabkan terhambatnya pertumbuhan janin, bayi lahir dengan BBLR (Berat Badan Bayi Rendah), bayi lahir dengan anemia, mudah terinfeksi, dan pertumbuhan bayi setelah lahir dapat terhambat. Pada ibu dapat terjadi persalinan lama, distosia, pendarahan post partum dan mudah terinfeksi post partum (Manuaba, 2002). Penjelasan tentang upaya pencegahan anemia masa kehamilan dapat dilakukan melalui pendidikan kesehatan sehingga pengetahuan ibu akan bertambah.

Pendidikan kesehatan merupakan proses belajar pada individu, kelompok, atau masyarakat dari tidak tahu tentang nilai kesehatan menjadi tahu, dan dari yang tidak mampu mengatasi masalah kesehatan sendiri menjadi mandiri. Konseling adalah suatu proses saling belajar yang menyangkut dua individu dalam suasana edukatif. Pihak pertama adalah konseli atau klien yang meminta atau memerlukan bantuan dari pihak kedua (konselor). Upaya pencegahan anemia yang dilakukan secara efektif sangat diperlukan untuk keberhasilan menekan prevalensi terjadinya anemia pada ibu hamil.

BAHAN DAN METODE PENELITIAN

Desain yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pre-experimental dengan *pre-posttest design*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil di BPS Wilayah Mojo Surabaya selama satu bulan yakni sebanyak 30 pasien. Sampel diambil sesuai dengan kriteria inklusi dan diperoleh 28 responden. Adapun kriteria inklusi yaitu: 1) ibu yang bersedia menjadi responden, 2) ibu yang tinggal serumah dengan anaknya. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Desember 2009. Variabel independen dalam penelitian ini yaitu konseling. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah perilaku ibu dengan sub variabel: 1) pengetahuan ibu tentang pecegahan anemia masa kehamilan, 2) sikap ibu tentang pencegahan anemia masa kehamilan dan 3) tindakan ibu tentang pencegahan anemia masa kehamilan. Instrumen pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner.

Pengumpulan data pretest tentang pengetahuan, sikap dan tindakan dilakukan kepada ibu hamil yang telah selesai di periksa. Kemudian diberikan pendidikan

kesehatan tentang pencegahan anemia masa kehamilan dengan konseling menggunakan media *flipchart* dan *leaflet* selama \pm 15-20 menit. Konseling yang kedua dilakukan tujuh hari setelah konseling pertama yaitu waktu dan tempat berdasarkan kesepakatan peneliti dan ibu hamil. Pengumpulan data post test tentang pengetahuan, sikap dan tindakan dilakukan tujuh hari setelah konseling kedua.

HASIL PENELITIAN

Pengumpulan perilaku data (pengetahuan, sikap dan tindakan) responden diperoleh menggunakan instrumen yang berupa kuesioner. Tingkat pengetahuan dibagi menjadi tiga kategori yaitu baik, cukup dan kurang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan konseling sebanyak 16 responden (63%) memiliki tingkat pengetahuan cukup, sebanyak 8 responden (31%) memiliki tingkat pengetahuan kurang, dan sebesar 6% memiliki tingkat pengetahuan baik. Sesudah diberikan konseling sebagian besar (89%) memiliki pengetahuan baik, 11% memiliki pengetahuan cukup, dan tidak ada responden yang memiliki pengetahuan kurang. Hasil analisis statistik dengan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* antara pengetahuan sebelum dan sesudah pendidikan kesehatan didapatkan nilai $p=0,000$, berarti terdapat pengaruh konseling terhadap perubahan pengetahuan ibu dalam pencegahan anemia masa kehamilan (tabel 1).

Sikap dibagi menjadi dua kategori yaitu sikap positif dan negatif. Hasil penelitian sikap responden menunjukkan bahwa sebelum diberikan konseling sebagian besar responden (64%) bersikap negatif dan sebesar 36% bersikap positif tentang upaya pencegahan anemia masa kehamilan. Sesudah diberikan konseling terdapat 12 responden (43%) mempunyai sikap positif dan 16 responden (57%) memiliki sikap negatif. Berdasar hasil uji statistik *Wilcoxon Signed Rank Test* didapatkan nilai signifikansi $p=0,007$, berarti terdapat pengaruh konseling terhadap sikap ibu dalam pencegahan anemia masa kehamilan (tabel 2).

Tindakan dibagi menjadi tiga kategori yaitu baik, cukup dan kurang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan konseling, lebih dari sebagian (57%) memiliki tindakan cukup, 4 responden (14%) memiliki tindakan kurang, dan sisa responden memiliki tindakan baik. Sesudah diberikan konseling sebanyak 14 responden (50%) memiliki tindakan baik, 14 responden (50%) memiliki tindakan cukup dan tidak ada responden yang memiliki tindakan yang kurang. Hasil analisis statistik menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test* didapatkan $p=0,027$. Hasil ini menunjukkan bahwa konseling berpengaruh terhadap tindakan pencegahan anemia pada ibu hamil (tabel 3).

Tabel. 1 Pengetahuan Ibu Hamil sebelum dan sesudah diberikan konseling tentang upaya pencegahan anemia masa kehamilan di BPS Ibu Wolita Surabaya 1-22 Januari 2010

No.	Pengetahuan	Sebelum		Sesudah	
		Jumlah	%	Jumlah	%
1.	Baik	4	6	25	89
2.	Cukup	16	63	3	11
3.	kurang	8	31		

Uji Wilcoxon Signed Rank Test p=0,000

Tabel. 2 Sikap Ibu Hamil sebelum dan sesudah diberikan konseling tentang upaya pencegahan anemia masa kehamilan di BPS Ibu Wolita Surabaya 1 Januari 2010 - 22 Januari 2010

No.	Pengetahuan	Sebelum		Sesudah	
		Jumlah	%	Jumlah	%
1.	Negatif	18	64	16	57
2.	Positif	10	36	12	43

Uji Wilcoxon Signed Rank Test p=0,007

Tabel. 3 Tindakan Ibu Hamil sebelum dan sesudah diberikan konseling tentang upaya pencegahan anemia masa kehamilan di BPS Ibu Wolita Surabaya 1 Januari 2010 - 22 Januari 2010

No.	Tindakan	Sebelum		Sesudah	
		Jumlah	%	Jumlah	%
1.	Baik	8	19	14	50
2.	Cukup	16	57	14	50
3.	kurang	4	14	-	-

Uji Wilcoxon Signed Rank Test p=0,027

Keterangan : p = tingkat signifikansi

% = prosentase

PEMBAHASAN

Hasil penelitian didapatkan bahwa pengetahuan ibu hamil tentang upaya pencegahan anemia masa kehamilan mengalami perubahan. Setelah diberikan konseling lebih dari sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan baik dan sisanya memiliki tingkat pengetahuan cukup.

Menurut Notoadmojo (2005), salah satu cara memperoleh pengetahuan yaitu melalui kebiasaan atau otoritas. Pengetahuan tersebut diperoleh berdasarkan pada otoritas atau kekuasaan, baik tradisi, otoritas pemerintahan, otoritas pemimpin agama maupun ahli pengetahuan. Petugas kesehatan baik bidan ataupun perawat dianggap ahli dalam ilmu pengetahuan sehingga ibu hamil menerima apa yang disampaikan dalam konseling. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan yaitu pendidikan, semakin tinggi pendidikan seseorang semakin mudah menerima informasi sehingga banyak pengetahuan yang dimiliki. Responden dalam penelitian ini sebagian besar berpendidikan SMU sehingga mereka mudah menerima konseling yang diberikan.

Sesuai dengan pendapat Notoadmojo (2003) bahwa pendidikan kesehatan merupakan proses belajar pada individu, kelompok dan masyarakat dari yang tidak tahu nilai-nilai kesehatan menjadi tahu, dari tidak mampu mengatasi masalah menjadi mampu mengatasi masalah sendiri. Konseling adalah suatu hubungan membantu (*Helping Relationship*) antara individu, yang bertujuan agar individu yang dibantu memperoleh *insight* terhadap masalahnya, mau bertanggung jawab dan mampu mengambil keputusan yang efektif.

Dari data diatas menunjukkan tingkat signifikansi yang tinggi antara sebelum dan sesudah diberikan konseling, hal tersebut disebabkan: 1) sebagian besar responden mempunyai latar belakang pendidikan SMU dan memiliki pengetahuan cukup, 2) metode pendidikan kesehatan yang diberikan adalah individual, materi yang diberikan berfokus pada individu sehingga responden akan menerima dan memahami materi yang diberikan, setelah mendapatkan konseling akan menambah pengetahuan responden tentang upaya pencegahan anemia masa kehamilan dan 3) alat peraga yang digunakan mempermudah penerimaan informasi oleh sasaran pendidikan. Menurut Notoadmojo (2007) indera yang paling banyak menyalurkan pengetahuan ke dalam otak adalah mata. Sehingga alat peraga lebih mempermudah cara penyampaian dan penerimaan informasi atau bahan pendidikan.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan adanya perubahan sikap ibu hamil tentang pencegahan anemia masa kehamilan. Setelah diberikan konseling. Lebih dari separo jumlah responden masih memiliki sikap negatif dan sisanya memiliki sikap positif.

Berdasarkan teori yang dikemukakan Azwar (2003) menyatakan bahwa pembentukan sikap dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain: 1) faktor budaya yang dianut oleh keluarga, 2) perhatian yang diberikan. Teori yang dikemukakan oleh Soemadi (1996) mendefinisikan sikap merupakan respon yang berhubungan dengan *interest* (perhatian), *apresiasi* (penghargaan), dan *persepsi* (perasaan), 3) lingkungan tempat tinggal yang merupakan faktor yang paling besar yang dapat mempengaruhi pembentukan sikap seseorang, 4) media

massa sebagai sarana komunikasi yang dapat mempunyai pengaruh besar dalam pembentukan opini dan kepercayaan orang. Informasi baru memberikan landasan kognitif yang baru bagi terbentuknya sikap, 5) lembaga agama sebagai suatu system mempunyai pengaruh dalam pembentukan sikap karena merupakan dasar pengertian dan konsep moral dalam diri individu orang lain yang dianggap penting, 6) emosi, apabila terlalu tua atau muda memungkinkan untuk tidak dapat menjalankan peran pengasuh secara optimal karena diperlukan kekuatan psikis terutama dalam kaitannya dengan strategi koping yang dimiliki dalam upaya pencegahan anemia masa kehamilan.

Responden yang memiliki sikap negatif sesudah konseling, dari data demografi dapat diketahui bahwa mayoritas adalah multigravida. Dapat diduga mereka mempunyai anggapan bahwa upaya pencegahan anemia tidak terlalu penting untuk dilaksanakan karena semua anak lahir dengan lancar dan lahir normal walaupun saat hamil tidak rutin meminum tablet besi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan konseling lebih dari separuh jumlah responden bersikap negatif. Sedangkan sesudah diberikan konseling mayoritas, masih memiliki sikap negatif dan sisanya memiliki sikap positif. Dari data tersebut menunjukkan bahwa sikap positif antara sesudah dan sebelum diberikan konseling mengalami sedikit peningkatan. Sikap memerlukan proses internal yang membutuhkan waktu dan setiap individu akan memberikan respon yang berbeda untuk berubah. Proses perubahan sikap dimulai saat responden menerima pendidikan kesehatan yang diberikan dan mau memperhatikan. Responden kemudian merespon stimulus tersebut dengan menanyakan kembali hal yang belum jelas atau menjawab jika peneliti bertanya pada responden. Responden juga menghargai peneliti yang memberikan pendidikan kesehatan, selanjutnya bertanggung jawab memilih sikap yang baru tentang upaya pencegahan anemia masa kehamilan.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa tindakan ibu hamil dalam upaya pencegahan anemia masa kehamilan mengalami perubahan. Sebelum diberikan konseling mayoritas responden memiliki tindakan yang cukup. Sesudah diberikan

konseling separuh responden memiliki tindakan yang baik, sebagian lagi memiliki tindakan cukup dan tidak ada esponden yang memiliki tindakan yang kurang.

Menurut Notoatmodjo (2003) mengungkapkan bahwa sebelum mengadopsi perilaku baru, di dalam diri orang tersebut terjadi proses berurutan yaitu: 1) *awariness* (kesadaran), yakni orang tersebut menyadari dalam arti mengetahui stimulus (objek) terlebih dahulu, 2) *interest*, yakni orang mulai tertarik pada stimulus, 3) *evaluation*, menimbang baik tidaknya stimulus tersebut terhadap dirinya, 4) *trial*, orang telah mencoba perilaku baru dan 5) *adoption*, subjek telah berperilaku sesuai pengalaman, kesadaran dan sikapnya terhadap stimulus.

Tindakan responden mengalami peningkatan sesudah diberikan konseling. Tindakan dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain pengetahuan yang baik tentang upaya pencegahan anemia masa kehamilan dan sikap ibu hamil yang menerima sehingga tindakan ibu hamil menjadi lebih baik dalam upaya pencegahan anemia masa kehamilan.

Responden telah mengetahui upaya pencegahan anemia masa kehamilan, kemudian mulai tertarik pada stimulus tersebut, sehingga responden mempertimbangkan apakah upaya pencegahan anemia masa kehamilan memang perlu dilakukan. Responden yang yakin bahwa upaya pencegahan anemia masa kehamilan memang perlu dilakukan akan mencoba melakukan upaya tersebut. Responden tersebut seterusnya akan berperilaku baru yaitu melakukan upaya pencegahan anemia masa kehamilan.

Hasil uji statistik menunjukkan bahwa terjadi perubahan tindakan yang signifikan Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna antara tindakan responden sebelum dan sesudah mendapatkan konseling.

Sesuai dengan teori Lawrence Green, perilaku manusia dipengaruhi oleh: 1) *presdisposing factor* yaitu pengetahuan responden tentang cara pencegahan anemia masa kehamilan, 2) *enabling factor*, pemberian leaflet dan lembar balik/*flipchart* kepada setiap responden dan kesempatan untuk menanyakan hal yang kurang jelas baik pada konselor atau pada bidan yang bertugas dan 3) *reinforcing factor* yaitu sikap, tindakan dan perhatian petugas kesehatan

dalam memperhatikan ibu hamil khususnya dalam memberikan pendidikan kesehatan tentang upaya pencegahan anemia, dimana salah satu cara dengan mengkonsumsi tablet besi. Sehingga ibu hamil akan terdorong untuk mengkonsumsi tablet besi dan vitamin C yang diberikan secara rutin.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Konseling dapat merubah memperbaiki perilaku (pengetahuan, sikap dan tindakan) ibu hamil tentang pencegahan anemia selama kehamilan.

Saran

Penulis menyarankan: 1) perlu diadakan pemeriksaan Hb bagi ibu hamil di Bidan Praktek Swasta sebagai langkah awal dalam upaya penurunan angka kejadian anemia pada ibu hamil, 2) perlu dilakukan pendidikan kesehatan dan tentang upaya pencegahan anemia masa kahamilan secara rutin atau terjadwal di Bidan Praktek Swasta agar hasil lebih optimal. 4) perlu diadakan penelitian lebih lanjut tentang 'Pengaruh Dukungan Keluarga Terhadap Tindakan Ibu Hamil Dalam Upaya Pencegahan Anemia Masa Kehamilan'.

KEPUSTAKAAN

- Azwar, S., 2003. *Sikap Manusia, Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Djumhana, 2006. Penanganan Anemia Pada Wanita. *Journal Ethical Digest*, 4 (32).
- Hertanto, 2006. *Suplemen Zat Besi Terhadap Anemia*,(online), (<http://www.kompas.com/new.kes>, diakses tanggal 12 Desember 2007, jam 08:56 WIB).
- Notoatmodjo, S., 2007. *Promosi Kesehatan Dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta, hlm. 57,62,134,139-140, 144.
- Notoatmodjo, S., 2003. *Pendidikan dan Tindakan Kesehatan*. Jakarta: Rineke Cipta, hlm.12-15, 62-63, 114-117, 120-123, 130.
- Sarwono, 2002. *Pelayanan Kesehatan Maternal Dan Neonatal*. Jakarta: EGC, hlm. 281, 282.
- Sharma, et al., 2003. *Effect of dietary habits on prevalence of anemia in pregnant women of Delhi*, (online) , (<http://sciencelinks.jp>, diakses tanggal 8 November 2009, jam 05:40 WIB).
- Wijaya, P., 2008. *Perkembangan Motorik Anak (Part 2)*, (online), (<http://www.putrawijaya.co.cc/2008/10/perkembangan-motorik-anak-part-2.html>, diakses tanggal 1 Desember 2009, jam 06.00 WIB).
- Wiknjosastro, H., 2005. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Cipta.
- Yeni, 2009. *Hubungan Karakteristik Ibu Hamil dengan Kejadian Anemia di PKM Banjaran*,(online) (<http://one.indoskripsi.com>, diakses tanggal 10 Agustus 2009, jam 14:17 WIB).