
**LITERATUR REVIEW : FAMILY SUPPORT DALAM Mendukung
PENATALAKSANAAN ANEMIA IBU Hamil**

**LITERATURE REVIEW: FAMILY SUPPORT IN SUPPORTING THE
MANAGEMENT OF ANEMIA FOR PREGNANT MOTHERS**

Barkah Wulandari

¹ *Stikes Notokusumo Yogyakarta*

Barkah.wulandari@gmail.com

INDEX

Kata kunci:

Anemia, ibu hamil,
support keluarga

ABSTRAK

Dalam mencegah dan mengatasi anemia perlu adanya cara atau langkah yang tepat bagi ibu hamil maupun ibu menyusui. Dari beberapa peneliti mengungkapkan bahwa langkah atau cara yang dapat dilakukan adalah dengan melibatkan keluarga sebagai pendukung untuk mendorong ibu hamil dan menyusui agar selalu patuh dalam mengonsumsi obat zat besi dan asam folat (Kristianingsih & Sestu, 2015). Metode studi ini merupakan suatu tinjauan literatur (*literature review*) yang mencoba menggali tentang tentang *family support* dalam mengatasi masalah anemia pada ibu hamil. Pencarian jurnal menggunakan *keyword* dan *boolean operator* (AND) yang digunakan penulis agar bisa menspesifikan jurnal ataupun artikel yang akan digunakan. Kata kunci yang penulis gunakan dalam pencarian artikel atau jurnal ini yaitu: “*anemia pregnant*” AND “*iron deficiency*” AND “*family support*” AND “*behavior change*”. Berdasarkan studi literatur yang sudah penulis lakukan, dalam mengatasi masalah anemia ibu hamil yaitu dengan cara selalu patuh dalam hal mengonsumsi suplemen zat besi atau tablet Fe. Dalam hal ini, *family support* berperan penting dalam mendukung kepatuhan ibu hamil dengan menyediakan anggaran untuk memenuhi kebutuhan nutrisi yang baik bagi ibu hamil, mengingatkan dalam mengonsumsi tablet Fe secara teratur dan selalu memantau serta melakukan pemeriksaan kesehatan ibu hamil. Sehingga dukungan keluarga yang diberikan pada ibu hamil akan mendukung program pemerintah dalam mengatasi masalah anemia.

Keywords:

*Anemia, pregnant,
family support*

In preventing and overcoming anemia, it is necessary to have the right way or steps for pregnant women and breastfeeding mothers. Several researchers have revealed that the steps or methods that can be taken are to involve the family as a supporter to encourage pregnant and lactating mothers to always be obedient in taking iron and folic acid drugs (Kristianingsih & Sestu, 2015). This study method is a literature review that tries to explore about family support in overcoming the problem of anemia in pregnant women. Search journals using keywords and the boolean operator (AND) used by the author in order to specify the journal or article to be used. The keywords that the author uses in searching for this article or journal are: “*anemia pregnant*” AND “*iron deficiency*” AND “*family support*” AND “*behavior change*”. Based on the literature study that the author has done, in overcoming the problem of anemia in pregnant women, namely by always being obedient in terms of taking iron supplements or Fe tablets. In this case, family support plays an important role in supporting the compliance of pregnant women by providing a budget to meet the needs of good nutrition for pregnant women, reminding them to take Fe tablets regularly and always monitoring and conducting health checks for pregnant women. So that the family support given to pregnant women will support government programs in overcoming the problem of anemia.

PENDAHULUAN

Prevelensi anemia pada wanita hamil di dunia menurut *World Health Organization* (WHO) menyumbang 38,2% dengan salah satu masalah kesehatan yang ekstrim, angka prevelensi tertinggi di dunia adalah Afrika 44,65%, disusul Asia dengan angka prevelensi 39,3%. Prevelensi anemia defisiensi besi pada ibu hamil di Indonesia didasarkan pada hasil penelitian kesehatan jumlah dasar risiko pada tahun 2013 adalah meningkat 37,1% pada tahun 2018 yaitu menyumbang 48,9% (Kemenkes, 2019).

Anemia yang terjadi pada ibu hamil disebabkan karena asupan zat besi yang kurang, penyerapan zat besi yang banyak selama kehamilan, kehilangan zat besi dikarenakan terjadinya perdarahan atau juga bisa dikarenakan penyakit infeksi. Selain itu, ada juga terdapat faktor lain yaitu umur yang terlalu muda, jumlah kelahiran, jarang memeriksakan kandungan, tidak mematuhi dalam mengonsumsi tablet Fe, kurang mengonsumsi makanan yang mengandung protein, vitamin, dan juga faktor sosial ekonomi yang menjadi semakin tingginya kasus anemia pada ibu hamil (Amanupunyo *et al*, 2018).

Pada ibu hamil yang mengalami anemia dapat meningkatkan terjadinya komplikasi pada kehamilan dan persalinan. Resiko kematian maternal, angka

prematurnitas, angka kematian perinatal meningkat dan berat badan bayi lahir rendah. Selain itu, perdarahan antepartum dan postpartum banyak dijumpai pada wanita yang anemis dan dapat berakibat fatal, sebab wanita anemis tidak dapat mentolerir kehilangan darah (Proverawati, 2015).

Dampak yang terjadi anemia pada wanita hamil beranekaragam dari keluhan yang sangat ringan hingga terjadi gangguan kelangsungan kehamilan (*abortus* dan *premature*), gangguan persalinan (*inertia*, *atonia*, partus lama, perdarahan atonis), gangguan pada masa nifas, dan gangguan pada janin (*abortus*, mikrosomi, dismaturitas, kematian perinatal, berat bayi lahir rendah, dls) (Rukiyah & Lia, 2010).

Pada masalah ini kadar hemoglobin ibu hamil juga memiliki hubungan dengan panjang bayi saat lahir nantinya. Semakin tinggi kadar hemoglobin, maka semakin panjang ukuran bayi yang akan lahir. Kelahiran prematur, berat badan lahir rendah merupakan faktor risiko terjadinya *stunting*. Dengan demikian secara tidak langsung anemia pada ibu hamil dapat menyebabkan keterlambatan perkembangan bayi balita (Danefi, 2020).

Dampak anemia yang terjadi pada ibu hamil yang dapat meningkatkan mortalitas dan morbiditas ibu dan bayi, maka dari itu diperlukan adanya penatalaksanaan yang

sesuai pada ibu hamil dengan anemia. Pemberian tablet zat besi diberikan pada semua ibu hamil selama 90 hari minimal 1 tablet. Jika ditemukan Hb <11 gr% maka harus diberikan tablet Fe 2-3 x sehari. Tujuan diberikannya tablet zat besi tersebut yaitu meningkatkan jumlah sel darah merah, membentuk sel darah merah janin dan plasenta (Ekasari & Mega, 2019).

Dalam mencegah dan mengatasi anemia perlu adanya cara atau langkah yang tepat bagi ibu hamil maupun ibu menyusui. Dari beberapa peneliti mengungkapkan bahwa langkah atau cara yang dapat dilakukan adalah dengan melibatkan keluarga sebagai pendukung untuk mendorong ibu hamil dan menyusui agar selalu patuh dalam mengonsumsi obat zat besi dan asam folat (Kristianingsih & Sestu, 2015).

Peran keluarga merupakan faktor penting dalam mencapai keberhasilan ibu hamil dengan anemia. Dukungan emosional yang diberikan keluarga akan meningkatkan kualitas dan perilaku kesehatannya. Sehingga semakin baik dukungan emosional yang diterima ibu hamil, maka semakin baik juga kualitas hidup, harga diri dan perilaku dalam memperhatikan kesehatan ibu hamil itu sendiri (Rahmawati, 2016).

Dari penjelasan diatas, maka penulis ingin mengetahui tentang manajemen

pengecahan anemia pada ibu hamil sehingga anemia bisa dicegah dan diatasi dengan langkah yang tepat.

METODE

Metode studi ini merupakan suatu tinjauan literatur (*literature review*) yang mencoba menggali tentang tentang *family support* dalam mengatasi masalah anemia pada ibu hamil. Pencarian jurnal menggunakan *keyword* dan *boolean operator* (AND) yang digunakan penulis agar bisa menspesifikkan jurnal ataupun artikel yang akan digunakan. Kata kunci yang penulis gunakan dalam pencarian artikel atau jurnal ini yaitu: “*anemia pregnant*” AND “*iron deficiency*” AND “*family support*” AND “*behavior change*”

HASIL

Berdasarkan dari hasil studi literatur yang penulis lakukan dengan menggunakan kata kunci dengan rentang waktu 5 tahun terakhir. Penulis menemukan 474 jurnal dan penulis memilih 3 jurnal yang digunakan yaitu sebagai berikut:

1. *Strategies to address anaemia among pregnant and lactating women in India: a formative research study.*

Penulis: Pamela A Williams, Jon Poehlman, Katelin Maron, Mariam Siddiqui, Ishu Kataria, Anna Merlyn Rego, Purnima Mehrotra, dan neela Saldanha.

Sebagian besar wanita sadar akan

anemia tetapi tidak memahami keseriusan dan konsekuensinya. Semua wanita menerima suplemen zinc tetapi banyak yang tidak patuh karena efek sampingnya. Kurangnya informasi dari penyedia layanan kesehatan tentang penyebab anemia, keseriusan dan solusi serta dukungan sosial yang rendah. Untuk mengatasi anemia melibatkan keluarga dalam mendukung kepatuhan dan perubahan pola makan bisa menjadi strategi yang efektif untuk mengatasi anemia.

2. *Effect Of Education Intervention On Family Support For Pregnant Women In Preventing Anemia*

Mira Triharini, Ni Ketut Alit Armini, dan aria Ulia Nasititi.

Setelah diberikan intervensi pendidikan, ada perubahan yang signifikan dari skor pretest ke skor posttest pada kelompok eksperimen. Terjadi peningkatan skor rata-rata pada kelompok eksperimen $14,47 \pm 2,89$ menjadi $16,83 \pm 2,32$

3. *Family functioning, intention, and adherence to iron supplementation among pregnant women in Surabaya, Indonesia.*

Mira Triharini dan Ni Ketut Alit Armini.

Lebih dari separuh peserta memiliki kepatuhan (52,1%), niat naik (53,2%) dan fungsi keluarga baik (53,2%). Fungsi keluarga berkolerasi dengan

kepatuhan terhadap suplementasi zat besi.

PEMBAHASAN

Ibu hamil dengan anemia adalah suatu kondisi dimana kadar hemoglobin ibu pada trimester I dan III <11 gr/dl dan pada trimester II <10,5 gr/dl. Penyebab terjadinya anemia pada ibu hamil yaitu karena kurangnya asupan zat besi, kekurangan gizi, tidak mematuhi dalam mengonsumsi tablet Fe dls. Dalam mengatasi dan mencegah terjadinya anemia perlu adanya penanganan atau langkah yang tepat (Aisyah dkk, 2019).

Pada saat hamil, wanita memerlukan oksigen yang lebih tinggi sehingga dapat memicu terjadinya peningkatan dalam produksi eritropoietin. Oleh karena itu, volume plasma akan bertambah dan sel darah merah (eritrosit) akan meningkat. Namun peningkatan volume plasma terjadi dalam proporsi yang lebih besar jika dibandingkan dengan peningkatan eritrosit sehingga mengakibatkan penurunan konsentrasi hemoglobin (Hb) akibat hemodilusi (Puri & Hastiana, 2020).

Jumlah sel darah merah dalam sirkulasi darah meningkat sebesar 450 ml. Volume plasma meningkat 45-65%, yaitu sekitar 1.000 ml. Situasi ini dapat menyebabkan pengenceran darah karena meningkatkan sel darah merah tidak

sebanding dengan peningkatan plasma. Jika kebutuhan zat besi yang tidak terpenuhi pada proses kehamilan, maka akan mengakibatkan anemia defisiensi besi sehingga bisa menimbulkan dampak yang buruk pada ibu hamil dan janin yang bisa menyebabkan terjadinya komplikasi (Pratami, 2016).

Dalam mengatasi masalah anemia ibu hamil, pemerintah sudah berupaya dengan memberikan program yaitu: program pemberian tablet besi sebanyak 90 tablet (diberikan setiap bulan sebanyak 30 tablet) yang dikonsumsi 1 tablet setiap harinya, fortifikasi besi pada makanan (penambahan zat gizi pada bahan makanan), pendidikan kesehatan mengenai nutrisi dan juga gaya hidup yang baik bagi ibu hamil (Sulistioningtyas, 2020). Meskipun pemberian tablet Fe memang terbukti untuk mengatasi anemia, tetapi untuk kepatuhan dalam mengonsumsinya sangat buruk. Hal ini karena adanya efek samping dari tablet Fe tersebut. Efek samping yang ibu hamil alami ketika mengonsumsi tablet Fe yaitu mual, muntah, pusing dan sakit kepala. Sehingga membuat ibu hamil berhenti atau tidak patuh dalam mengonsumsi tablet Fe (Yanti dkk, 2018).

Selain dengan cara diatas, ibu hamil anemia juga harus banyak memakan makanan yang mengandung zat besi seperti telur, susu, ikan, hati, daging, kacang-

kacangan (tahu, tempe, kedelai, kacang hijau), sayuran berwarna hijau tua (bayam, daun katuk, kangkung) dan buah-buahan (jeruk, pisang, jambu biji) dan juga perhatikan pola makan yang teratur agar kesehatan ibu hamil dan janinnya baik (Mariana dkk, 2018).

Dalam jurnal utama yang penulis temukan, menurut penelitian William, dkk (2020) yang berjudul “*Strategies to address anaemia among pregnant and lactating women in India: a formative research study*”, menjelaskan tingkat individu, interpersonal maupun organisasi juga dibahas dalam masalah mengatasi anemia. Pada tingkat individu ibu hamil yang mengalami anemia, kurangnya kesadaran, pengetahuan, sikap dan keyakinan sangat berpengaruh tentang kepatuhan mengonsumsi suplemen zat besi dan asam folat. Pada penelitian ini ibu hamil dan menyusui tidak diberikan informasi yang tepat untuk membuat keputusan ataupun motivasi agar bisa merubah perilaku untuk mengatasi anemia. Strategi dalam mengatasi kepatuhan suplemen ini dengan melibatkan anggota keluarga terutama suami untuk mendukung dalam meningkatkan kepatuhan mengonsumsi suplemen zat besi dan asam folat adalah intervensi yang dirasa tepat.

Dalam penelitian mengenai strategi mengatasi anemia di kalangan wanita hamil

dan ibu menyusui, keterlibatan pasangan atau keluarga bisa dengan ikut serta ketika berkunjung ke fasilitas kesehatan dan mendukung pasangan untuk pola makan yang baik dan patuh mengonsumsi suplemen zat besi dan asam folat (William dkk, 2020).

Penelitian lain mengenai *family support* untuk mengatasi masalah anemia pada ibu hamil juga dilakukan oleh Triharini, dkk (2018) yang berjudul “*Effect Of Education Intervention On Family Support For Pregnant Women In Preventing Anemia*”, dalam penelitian ini peneliti memberikan intervensi edukasi kepada ibu hamil dan keluarga mengenai pentingnya dukungan keluarga bagi ibu hamil. Pada intervensi ini edukasi diberikan 2 kali pertemuan. Pertemuan pertama membahas tentang anemia dan dukungan keluarga dalam pencegahan anemia yang diakhir pertemuan pertama ibu hamil akan diberikan kartu pemantauan konsumsi tablet zat besi dirumah. Disini keluarga berkontribusi untuk mengingatkan ibu hamil untuk minum tablet dengan benar.

Pada pertemuan kedua mengenai edukasi tentang dukungan keluarga pada jurnal “*Effect Of Education Intervention On Family Support For Pregnant Women In Preventing Anemia*” akan dilakukan evaluasi bagaimana kepatuhan konsumsi tablet berdasarkan kartu pantau yang sudah

diisi. Pada pertemuan ini dukungan keluarga dan kendala yang dirasakan ibu hamil akan dibahas setiap pertemuan dan dilaksanakan selama 2 jam dengan ceramah dan diskusi. Alat yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuesioner karakteristik sosiodemografi tentang dukungan keluarga. Kuesioner tersebut terdiri dari 5 pernyataan mengenai pemberian nasihat untuk keluhan akibat mengonsumsi zat besi, memberikan pujian untuk mengonsumsi tablet zat besi dengan teratur, memahami atau membantu dalam pekerjaan rumah, menyediakan anggaran untuk makanan bergizi dan mendukung pemeriksaan kehamilan secara teratur (Triharini dkk, 2018).

Pada penelitian mengenai “*Effect Of Education Intervention On Family Support For Pregnant Women In Preventing Anemia*” terdapat perubahan yang signifikan pada kelompok eksperimen dari skor pretest ke skor posttest dengan peningkatan skor rata-rata $14,47 \pm 2,89$ menjadi $16,83 \pm 2,32$. Pendidikan kesehatan ini memberikan dukungan yang baik bagi ibu hamil dan berdampak baik pada kesehatan dan kepatuhan konsumsi tablet zat besi dan asam folat (Triharini dkk, 2018).

Penelitian yang dilakukan Triharini & Armini (2020) dengan judul “*Family functioning, intention, and adherence to iron supplementation among pregnant*

women in Surabaya, Indonesia” juga menjelaskan bahwa fungsi keluarga, niat juga berhubungan dengan kepatuhan terhadap mengonsumsi suplemen zat besi pada ibu hamil. Dalam penelitian ini lebih dari separuh responden untuk fungsi keluarganya baik (53,2%) yang dibagi menjadi 4 parameter yaitu fungsi afektif, fungsi sosialisasi, fungsi kesehatan, dan terakhir fungsi ekonomi.

Dari hasil penelitian mengenai “*Family functioning, intention, and adherence to iron supplementation among pregnant women in Surabaya, Indonesia*”, menjelaskan bahwa niat yang baik juga memiliki pengaruh pada ibu hamil dalam hal mengonsumsi tablet zat besi. Dalam hal niat yang baik (53,2%), suami memiliki kepedulian yang tinggi terhadap ibu hamil mengenai kebersihan dan juga selalu mengingatkan ibu hamil untuk setiap hari minum tablet zat besi. Sehingga kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet zat besi juga menjadi baik (52,1%). Dalam hal kepatuhan mengonsumsi tablet zat besi, ibu hamil mengetahui bahwa tidak boleh mengonsumsi suplemen zat besi bersamaan dengan minum teh (Triharini & Armini, 2020).

Dari ketiga jurnal maka dapat menunjukkan bahwa *family support* dapat mempengaruhi perilaku ibu hamil dalam kepatuhan suplementasi zat besi. Fungsi

keluarga juga akan memiliki dampak yang baik bagi ibu hamil dengan anemia agar bisa selalu taat mengonsumsi tablet zat besi dan juga menjaga kesehatan ibu dan janin.

KESIMPULAN

Berdasarkan studi literatur yang sudah penulis lakukan, dalam mengatasi masalah anemia ibu hamil yaitu dengan cara selalu patuh dalam hal mengonsumsi suplemen zat besi atau tablet Fe. Dalam hal ini, *family support* berperan penting dalam mendukung kepatuhan ibu hamil dengan menyediakan anggaran untuk memenuhi kebutuhan nutrisi yang baik bagi ibu hamil, mengingatkan dalam mengonsumsi tablet Fe secara teratur dan selalu memantau serta melakukan pemeriksaan kesehatan ibu hamil. Sehingga dukungan keluarga yang diberikan pada ibu hamil akan mendukung program pemerintah dalam mengatasi masalah anemia.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, Masmuni Wahda dkk. 2019. Pengaruh Konsumsi Buah Pisang Ambon Terhadap Peningkatan Kadar Haemoglobin Pada Ibu Hamil Anemia Di Wilayah Kerja Puskesmas Limboto. *Madu Jurnal Kesehatan vol 8. no 2*
- Amanupunyo, N.A *et al.* 2018. Analisis Faktor Penyebab Anemia Pada Ibu Hamil di Puskesmas Kairatu Seram Barat. *Jurnal Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan vol.3. no. 2*

PROSIDING

Diseminasi Hasil Penelitian Dosen Program Studi Keperawatan dan Farmasi
Volume 3 Nomor 2 Bulan **September** Tahun 2021 - ISSN : 2338 - 4514

- Danefi, Tupriliany. 2020. *Literature Review Anemia Dan Kurang Energi Kronik Pada Ibu Hamil Sebagai Faktor Penyebab Stunting*. Prosiding Seminar Nasional Kesehatan: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Respati
- Ekasari, Tutik & Mega Silvina. 2019. *Deteksi Dini Preeklamsi dengan Antenatal Care*. Sulawesi Selatan: Yayasan Ahmar Cendekia Indonesia
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. 2019. *Laporan Nasional RISKESDAS 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan
- Kristianingsih, Ratna & Sestu, Retno. 2015. *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Ibu Hamil Trimester II dan III Mengonsumsi Suplementasi Tablet Fe Di Wilayah Kerja Puskesmas Dukuh Klopo Kabupaten Jombang*. Jombang: Stikes Pemkab Jombang
- Mariana, Dina dkk. 2018. Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas. *Jurnal Keperawatan Silampari* vol. 1, no.2
- Proverawati, A. 2015. *Anemia dan Anemia Kehamilan Cetakan II*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Rahmawati, Teti. 2016. Dukungan Emosional Suami Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil. *Buletin Media Informasi*, vol.12, ed.1
- Rukiyah, A. Y & Lia, Y. 2010. *Asuhan Kebidanan 4(Patologi)*. Jakarta: CV. Trans Info Media
- Pratami, E. 2016. *Evidence-Based dalam Kebidanan*. Jakarta: EGC
- Triharini dkk. 2018. *Effect Of Education Intervention On FamilySupport For Pregnant Women In Preventing Anemia*. *Belitung Nursing Journal* vol.4, issue 3
- Triharini & Armini. 2020. *Family functioning, intention, and adherence to iron supplementation among pregnant women in Surabaya, Indonesia*. *EurAsian Journal of BioSciences* vol. 14
- Yanti, Desi Ari Madi dkk. 2018. Peningkatan Pengetahuan, Sikap dan Kepatuhan Melalui Konseling Nutrisi pada Ibu Hamil Anemia di Kabupaten Pringsewu. *Media Publikasi Penelitian* vol.15, no.2
- Williams dkk, 2020. *Strategies to address anaemia among pregnant and lactating women in India: a formative research study*. *Public Health Nutrition* vol.23 issue 5