

KONSUMSI TABLET FE DENGAN KEJADIAN KONSTIPASI PADA IBU HAMIL TRIMESTER II DAN III

Lilik Rosdewati

*Akademi Kebidanan Langkat, Langkat, Indonesia
E-mail: lrosdewati@gmail.com*

ABSTRACT

Iron is an essential nutrient needed by every human cell. Constipation or constipation is a condition that is difficult or unable to defecate, feces (feces) the feeling of defecation is not complete, or infrequent bowel movements. Relationship between Fe tablet consumption and constipation incidence in pregnant women trimester II and trimester III at Yusniar Clinic Pangkalan Brandan in 2019. This study uses an analytical method with a cross-sectional design. The population in this study was pregnant women and the sample of this study used a saturated sampling so that a sample of 30 pregnant women could be used. The study the majority of mothers who consumed Fe tablets were 28 people (87%) and the minority did not consume Fe tablets as many as 2 people (13%). The mothers who consumed Fe tablets who experienced constipation, the majority were 27 respondents (90%), and the mothers who consumed Fe tablets who did not experience constipation were a minority of 1 respondent (10%). The results showed that there was a relationship between the consumption of Fe tablets and the incidence of constipation, with a p-value of 0.004. It is hoped that all pregnant women take Fe tablets together with drinking enough water, consuming fiber-rich foods, regular exercise, and adequate rest so as not to experience constipation when consuming Fe tablets and following health education conducted by local health workers and following classes for pregnant women on a regular basis.

Keywords: *Fe tablets, constipation, pregnant women*

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan suatu proses pembuahan, atau penyatuan sperma dan oosit (sel telur), diikuti dengan proses nidasi dan implantasi (Prawirohardjo, 2014). Kehamilan dimulai dari pembuahan sampai dengan lahirnya janin. Masa kehamilan normal adalah 280 hari (40 minggu) dari hari pertama haid terakhir (Widatiningsih & Dewi, 2017).

Konstipasi pada ibu hamil tergolong konstipasi fungsional dan disebabkan oleh faktor hormonal, perubahan pola makan, pertumbuhan janin, penurunan

aktivitas fisik, dan posisi buang air besar (Sembiring, 2017). Perilaku nutrisi dan hidrasi selama kehamilan berhubungan dengan terjadinya konstipasi (Palupi et al., 2020). Efek dehidrasi selama kehamilan dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan dan perkembangan janin, penurunan volume cairan ketuban, infeksi saluran kemih, dan konstipasi (Maryanto, 2020).

Hampir seluruh ibu hamil (87%) mengalami konstipasi, dan hanya sebagian kecil (13%) yang tidak mengalami konstipasi (Yunita, 2018). Penelitian Asih (2022) mendapatkan

17,8% dari 715 ibu hamil mengalami konstipasi. Prevalensi konstipasi pada trimester ketiga (19,3%) lebih tinggi dibandingkan pada trimester pertama (17,3%) dan kedua (16,4%).

Faktor yang berhubungan dengan kepatuhan ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet Fe adalah pengetahuan, dukungan keluarga, motivasi, dan yang tidak berhubungan adalah kunjungan Antenatal Care, dan efek samping tablet Fe (Raehan et al., 2021). Ibu hamil yang mengonsumsi tablet Fe karena memiliki pengetahuan dan Pendidikan (Aminin & Dewi, 2020).

Penelitian Fajrin (2020) mendapatkan pengaruh antara kepatuhan minum tablet Fe dengan kejadian anemia pada Ibu hamil. Ibu hamil ada yang merasakan efek samping tablet Fe yaitu mual muntah (60,3%), konstipasi (31,0%), pusing (17,2%), diare (10,3%), dan sakit perut (1,7%). Efek samping tablet Fe berhubungan negatif dengan kepatuhan ibu hamil (Baharini et al., 2017).

Prevalensi konstipasi pada kehamilan telah diketahui, namun penelitian terkait konsumsi tablet Fe dengan kejadian konstipasi pada ibu hamil Trimester II dan III masih terbatas khususnya di Medan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan konsumsi tablet Fe dengan kejadian konstipasi pada ibu hamil trimester II dan III.

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode cross-sectional. Lokasi penelitian dilakukan Klinik Yusniar di Desa Pangkalan Berandan, dengan alasan ketersediaan jumlah sampel yang dibutuhkan memenuhi syarat untuk melakukan penelitian dan ada izin dari instansi tempat penelitian dilakukan.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil sebanyak 30 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *sampling jenuh*. Sampel dalam penelitian ini adalah 30 orang. Kriteria inklusi dalam penelitian adalah ibu hamil yang bersedia menjadi responden, kehamilan trimester II dan trimester III. Sedangkan kriteria eksklusinya adalah ibu hamil trimester I.

Aspek pengukuran untuk mengetahui data skor hubungan konsumsi tablet Fe dengan kejadian konstipasi pada ibu hamil, peneliti mengajukan 30 pertanyaan. Data ini dianalisa secara inferensial. Penelitian ini menggunakan data primer dan sekunder, yaitu data yang diambil langsung dari responden, dan dari klinik.

Metode analisis data bivariat yang digunakan untuk mengetahui hubungan konsumsi tablet Fe dengan kejadian konstipasi pada ibu hamil menggunakan uji hipotesis *chi square*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisa Univariat

Distribusi berdasarkan karakteristik responden dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

No	Karakteristik	Frekuensi	Persentasi (%)
1	Umur		
	<20	3	10
	20-35	22	73
	>35	5	17
Total		30	100
2	Pendidikan		
	SD	10	33
	SMP	7	23
	SMA	12	40
	Perguruan Tinggi	1	3
Total		30	100
3	Pekerjaan		
	Ibu Rumah Tangga	29	97
	Non IRT (Pegawai Swasta)	1	3
Total		30	100
4	Riwayat Kehamilan		
	Primi	11	37
	Skundi	7	23
	Multi	6	20
	Grande multi	6	20
Total		30	100

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas berumur 20-35 tahun sebanyak 22 responden (73%), dan minoritas berumur <20 tahun sebanyak 3 responden (10 %). Berdasarkan data, pendidikan SMA sebanyak 12 responden (40%), dan minoritas pendidikan Perguruan Tinggi sebanyak 1 responden

(3%). Berdasarkan pekerjaan, mayoritas sebagai Ibu rumah tangga sebanyak 29 responden (97%), dan minoritas Non IRT (pegawai swasta) sebanyak 1 responden (3%). Berdasarkan riwayat kehamilan, mayoritas ibu yang Primi sebanyak 11 responden (37%), dan minoritas Grande multi sebanyak 6 responden (20%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kehamilan pada Ibu Hamil Trimester II dan III

No	Kehamilan	Jumlah	Persentase (%)
1	Trimester II	22	73
2	Trimester III	8	27
Jumlah		30	100

Berdasarkan Tabel 2 di atas menunjukkan bahwa mayoritas kehamilan Trimester II sebanyak 22 responden

(73%) dan minoritas Trimester III sebanyak 8 responden (27%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Konsumsi Tablet Fe pada Ibu Hamil Trimester II dan III

No	Konsumsi	Jumlah	Persentase (%)
1	Konsumsi	28	86,6
2	Tidak konsumsi	2	13,4
Jumlah		30	100

Berdasarkan Tabel 3 di atas menunjukkan bahwa dari 30 responden yang mengonsumsi tablet Fe dengan baik dan benar pada ibu hamil Trimester II dan III, mayoritas ibu yang mengonsumsi sebanyak 28 responden (86,6%) dan

minoritas ibu yang tidak mengonsumsi sebanyak 2 responden (13,4%).

Analisa Bivariat

Berdasarkan data hubungan konsumsi tablet Fe dengan konstipasi dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 4. Hubungan Konsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Konstipasi Pada Ibu Hamil Trimester II dan III

Konsumsi	Kejadian Konstipasi				Jumlah	P-value
	Tidak	%	Ya	%		
Tidak	1	50	1	10	2	0,004
Ya	1	50	27	90	28	
Jumlah	2	100	28	100	30	

Berdasarkan Tabel di atas dapat dilihat bahwa ibu yang mengonsumsi tablet Fe yang mengalami konstipasi mayoritas sebanyak 27 responden (90%) dan ibu yang mengonsumsi tablet Fe yang tidak mengalami konstipasi minoritas sebanyak 1 responden (10%).

Berdasarkan analisa korelasi uji *Chi square* didapatkan nilai signifikan 0,004 < 0,05 maka H_0 ditolak dan H_a di terima, artinya bahwa ada hubungan yang bermakna antara konsumsi tablet Fe dengan kejadian konstipasi pada ibu hamil Trimester II dan III.

Pembahasan

Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil penelitian karakteristik responden, ibu yang mayoritas berusia >20 tahun 73%. Umur juga menjadi salah satu penyebab kurangnya pengetahuan ibu tentang hubungan konsumsi tablet Fe dengan kejadian konstipasi pada ibu hamil Trimester II dan III. Semakin tua umur seseorang maka ingatan semakin berkurang sehingga sulit menerima masukan yang diberikan. Hasil penelitian Shofiana et al. (2018) menunjukkan bahwa pengetahuan ibu hamil berpengaruh terhadap konsumsi tablet besi, tapi usia, pendidikan, tidak

berpengaruh terhadap konsumsi tablet besi.

Berdasarkan penelitian ini mayoritas pendidikan SMA 33,3%. Pendidikan menjadi salah satu penyebab kurangnya pengetahuan seseorang termasuk juga perilaku seseorang akan pola hidup, termasuk motivasi untuk mendapatkan dan menerima informasi. Semakin tinggi pendidikan ibu maka akan semakin mudah menerima motivasi baru yang dihadapinya termasuk dalam hal ini adalah pengkonsumsian tablet Fe. Penelitian Wartisa dan Triveni (2017) terdapat hubungan bermakna antara pendidikan ibu hamil dengan konsumsi tablet besi.

Berdasarkan pekerjaan didapatkan ibu rumah tangga 96,7%. Pekerjaan merupakan kegiatan yang dilakukan dalam kehidupan sehari-hari apakah ibu bekerja dirumah atau diluar. Sebagian besar ibu yang memiliki pekerjaan sebagai ibu rumah tangga lebih banyak waktunya di rumah dibandingkan dengan non ibu rumah tangga yang jarang memiliki waktu untuk bersama bayinya karena lebih banyak menghabiskan waktu untuk bekerja.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas ibu hamil Trimester II dan III mengonsumsi tablet 87%, dan minoritas tidak konsumsi 13%. Sebaiknya memonitor kemajuan ibu dan bayi guna memastikan kesehatan ibu dan bayi.

Penelitian Nurdin et al. (2019) mendapatkan adanya hubungan terhadap kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet Fe yaitu pengetahuan, dukungan suami, penyuluhan Fe, ketersediaan Fe, kepercayaan, dan sikap.

Hubungan Konsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Konstipasi Pada Ibu Hamil Trimester II dan III

Berdasarkan hasil penelitian ini didapatkan nilai signifikan $0,004 > 0,05$ disimpulkan bahwa ada hubungan konsumsi tablet Fe dengan kejadian konstipasi pada ibu hamil trimester II dan III. Ibu hamil yang rutin mengonsumsi tablet Fe lebih cenderung mengalami konstipasi, sedangkan Ibu hamil yang tidak rutin mengonsumsi tablet Fe cenderung tidak mengalami konstipasi (Hayati, 2020). Asupan cairan berhubungan sedang dengan konstipasi pada ibu hamil trimester III, dan penggunaan tablet berhubungan sangat kuat dengan konstipasi pada ibu hamil trimester III (Mu'alimah, 2019).

Prevalensi konstipasi pada ibu hamil disebabkan oleh konsumsi tablet Fe 74%, diet berisiko 74%, jongkok sambil berjalan 42%, aktivitas olahraga 48%, dan kebiasaan menunda buang air besar 52% (Hanim, 2019). Penelitian Hartinah et al. (2019) mendapatkan ada hubungan pola aktivitas fisik dengan konstipasi pada ibu hamil trimester III. Penelitian Mudlikah et al. (2021) ada hubungan yang kuat antara aktivitas fisik dan

konstipasi pada ibu hamil. Aktivitas fisik ringan dan aktivitas fisik sedang kurang dari 30 menit berisiko konstipasi.

Berdasarkan asumsi penulis kejadian konstipasi tidak hanya karena cara mengonsumsi tablet Fe yang tidak benar, faktor-faktor lain juga berpengaruh terhadap terjadinya konstipasi diantaranya asupan cairan yang kurang, konsumsi makanan yang tidak berserat, aktifitas fisik dan olahraga yang kurang optimal.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan distribusi ibu yang mayoritas berusia >20 tahun 73%, pendidikan SMA 33%, ibu rumah tangga 97%, primi 37%. Berdasarkan mengonsumsi tablet Fe, mayoritas ibu yang mengonsumsi tablet Fe 87%, dan ibu yang mengonsumsi tablet Fe dan mengalami konstipasi 90%. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan konsumsi tablet Fe dengan kejadian konstipasi, didapatkan *p-value* 0,004.

Saran

Bagi Responden diharapkan pada seluruh ibu yang hamil setiap mengonsumsi tablet Fe dibarengi dengan minum air putih yang cukup, mengonsumsi makanan yang berserat, olahraga rutin, dan istirahat yang cukup agar tidak mengalami konstipasi saat mengonsumsi tablet Fe dan mengikuti

penyuluhan kesehatan yang dilakukan oleh petugas kesehatan setempan dan mengikuti kelas ibu hamil secara rutin.

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya agar dapat melanjutkan penelitian ini dengan permasalahan kejadian konstipasi pada ibu hamil dengan faktor-faktor yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Aminin, F., & Dewi, U. (2020). Kepatuhan ibu hamil mengonsumsi tablet Fe di Kota Tanjungpinang tahun 2017. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 7(2). <https://doi.org/10.26699/jnk.v7i2.art.p285-292>
- Asih, F. R. (2022). Prevalensi konstipasi pada ibu hamil. *Oksitosin: Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 9(1). <https://doi.org/10.35316/oksitosin.v9i1.1652>
- Baharini, I. A., Pratama, A. N. W., & Christianty, F. M. (2017). Hubungan efek samping suplemen zat besi (Fe) dengan kepatuhan ibu hamil di Puskesmas Sumbersari Kabupaten Jember. *E-Jurnal Pustaka Kesehatan*, 5(1).
- Fajrin, F. I. (2020). Kepatuhan konsumsi zat besi (Fe) terhadap kejadian anemia pada ibu hamil. *Window of Health: Jurnal Kesehatan*. <https://doi.org/10.33368/woh.v0i0.364>
- Hanim, B. (2019). Analisis penyebab konstipasi pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Payung Sekaki Pekanbaru. *Health Care: Jurnal Kesehatan*, 8(1). <https://doi.org/10.36763/healthcare.v8i1.51>
- Hartinah, D., Karyati, S., & Rokhani, S. (2019). Hubungan pola aktivitas fisik dengan konstipasi pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Gribig

- Kecamatan Gebog Kabupaten Kudus tahun 2017. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 10(2). <https://doi.org/10.26751/jikk.v10i2.651>
- Hayati, S. (2020). Pengaruh konsumsi tablet Fe dengan kejadian konstipasi pada ibu hamil di wilayah Kerja Puskesmas Payung Sekaki Pekanbaru. *Jurnal Medika Usada*, 3(1). <https://doi.org/10.54107/medikausada.v3i1.65>
- Maryanto, E. P. (2020). Dampak dehidrasi saat masa kehamilan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 12(2). <https://doi.org/10.35816/jiskh.v12i2.438>
- Mu'alimah, M. (2019). Hubungan antara asupan cairan dan konsumsi tablet Fe dengan kejadian konstipasi pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Tanjong Anom Kabupaten Nganjuk tahun 2018. *J-HESTECH (Journal of Health Educational Science and Technology)*, 2(1). <https://doi.org/10.25139/htc.v2i1.1502>
- Mudlikah, S., Agustin, E. R., & Susila, I. (2021). Hubungan aktifitas fisik ibu hamil dengan konstipasi masa kehamilan. *IJMT: Indonesian Journal of Midwifery Today*, 1(1). <https://doi.org/10.30587/ijmt.v1i1.3320>
- Nurdin, M., Aritonang, E. Y. & Anto. (2019). Kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet Fe di Poli Kebidanan RSUD Mitra Medika Medan. *Prima Medika Sains*, 01(1).
- Palupi, K. C., Sa'pang, M., Mulyani, E. Y., & Laili, A. F. (2020). Perilaku gizi dan hidrasi selama kehamilan berhubungan dengan konstipasi. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 9(1). <https://doi.org/10.14710/jgi.9.1.27-32>
- Prawirohardjo, S. (2014). Ilmu Kebidanan Sarwono Prawirohardjo. In *Jurnal Ilmiah Kebidannal Ilmiah Kebidanan*.
- Raehan, Wahida, M., Mandariati, & Zadriva. (2021). Faktor – faktor yang berhubungan dengan kepatuhan Ibu hamil dalam mengonsumsi tablet Fe. *Jurnal Kesehatan Marendeng*, 1(1).
- Sembiring, L. P. (2017). Konstipasi pada kehamilan. *Jurnal Ilmu Kedokteran*, 9(1). <https://doi.org/10.26891/jik.v9i1.2015.7-10>
- Shofiana, F. I., Widari, D., & Sumarmi, S. (2018). Pengaruh usia, pendidikan, dan pengetahuan terhadap konsumsi tablet tambah darah pada ibu hamil di Puskesmas Maron, Kabupaten Probolinggo. *Amerta Nutrition*, 2(4). <https://doi.org/10.20473/amnt.v2i4.2018.356-363>
- Wartisa, F., & Triveni, T. (2017). Hubungan umur dan pendidikan dengan konsumsi tablet Fe pada ibu di Puskesmas Padang Lua. *Jurnal Kesehatan Perintis (Perintis's Health Journal)*, 4(1).
- Widatiningsih, S., & Dewi, C. H. T. (2017). *Praktik terbaik asuhan kehamilan*. Transmedika.
- Yunita, E. (2018). Gambaran kejadian konstipasi pada ibu hamil trimester ii yang mengonsumsi tablet Fe di Polindes Kolpajung 2 Kabupaten Pamekasan. *Journal of Health Science (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 2(1). <https://doi.org/10.24929/jik.v2i1.395>