

PEMENUHAN ASAM FOLAT PADA IBU HAMIL TRIMESTER I DI DESA RAMBAH TENGAH HILIR

Rahmi Fitria¹ Sri Wulandari²

Dosen Prodi D III Kebidanan Fakultas Kesehatan dan Kecantikan
Universitas Pasir Pengaraian

Email: Rahmifitria@upp.ac.id dan sriwulandari040285@gmail.com

ABSTRAK

Asam folat merupakan vitamin B yang memegang peranan penting dalam perkembangan embrio. Asam folat juga membantu mencegah *neural tube defect*, yaitu cacat pada otak dan tulang belakang. Kekurangan asam folat dapat menyebabkan kehamilan prematur, anemia, cacat bawaan, bayi dengan berat bayi lahir rendah (BBLR), dan pertumbuhan janin terganggu. Penyebab terbesar kematian neonatal karena BBLR sebanyak 30,3% dan sekitar 24-60% ibu hamil tidak mengetahui kekurangan asam folat di dalam makanan yang mereka konsumsi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengetahuan Ibu Hamil Terhadap Pemenuhan Asam Folat Pada Trimester Pertama Di Puskesmas Rambah Hilir I. Penelitian ini dilakukan pada bulan Juni 2020. Metode penelitian Deskriptif dengan jenis penelitian *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah 759 orang ibu hamil dan sampelnya 30 responden yang diambil dengan cara teknik *random sampling*. Jenis data dalam penelitian ini adalah data primer. Data dianalisis dengan uji univariat. Hasil penelitian ini peneliti mendapatkan bahwa Pengetahuan Ibu Hamil Terhadap Pemenuhan Asam Folat Pada Trimester Pertama Di Puskesmas Rambah Hilir I pada kategori cukup yaitu 12 responden (40%), dan pada kategori kurang 18 responden (60%). Dari hasil penelitian ini dapat diambil kesimpulan Pengetahuan Ibu Hamil Terhadap Pemenuhan Asam Folat Pada Trimester Pertama Di Puskesmas Rambah Hilir I Adalah mayoritas berpengetahuan kurang sebanyak 18 ibu hamil (60%). Bagi ibu hamil diharapkan untuk menambah wawasan tentang manfaat Asam Folat dan sering mengikuti Posyandu atau penyuluhan sehingga akan menambah Pengetahuan Tentang Asam Folat.

Kata Kunci: Pengetahuan, Ibu Hamil, Dan Asam Folat

FULFILLMENT OF FOLIC ACID IN PREGNANT WOMEN TRIMESTER I IN THE VILLAGE OF RAMBAH TENGAH HILIR

ABSTRACT

Folic acid is a B vitamin that plays an important role in embryonic development. Folic acid also helps prevent neural tube defects, which are defects in the brain and spine. Folic acid deficiency can lead to premature pregnancy, anemia, congenital defects, babies with low birth weight (BBLR), and impaired fetal growth. The biggest cause of neonatal death due to BBLR is 30.3% and about 24-60% of pregnant women do not know the folic acid deficiency in the food they consume. This study aims to find out the Knowledge of Pregnant Women To Fulfill Folic Acid In the First Trimester In Puskesmas Rambah Hilir I. This research was conducted in June 2020. Deskrptif research method with cross sectional research type. The population in this

study was 759 pregnant women and a sample of 30 respondents were taken by random sampling technique. The data type in this study is primary data. The data was analyzed with univariate tests. The results of this study researchers obtained that the Knowledge of Pregnant Women To Fulfill Folic Acid In the First Trimester In Puskesmas Rambah Hilir I in the category of enough is 12 respondents (40%), and in the category of less 18 respondents (60%). From the results of this study can be concluded Knowledge of Pregnant Women Towards Folic Acid Fulfillment In the First Trimester In Puskesmas Rambah Hilir I Is a knowledgeable maoritas less as many as 18 pregnant women (60%). For pregnant women it is expected to add insight about the benefits of Folic Acid and often follow Posyandu or counseling so that it will add knowledge about Folic Acid.

Keywords: Knowledge, Pregnant Women, And Folic Acid

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan proses paling penting dalam pemenuhan gizi mineral. Terutama gizi mikro tersebut adalah asam folat, yang harus dipenuhi pada trimester pertama. Hal ini erat kaitanya dengan proses perkembangan janin dalam kandungan. Asam folat adalah bentuk sintetis dari folat yang merupakan salah satu bagian dari vitamin B, yaitu B9 (Goetzl, 2017). Defisiensi folat ini dapat terjadi karena akibat langsung dari kurangnya konsumsi harian, absorpsi yang buruk dari folat yang dimakan serta peningkatan penggunaan (misalnya saat beraktivitas fisik, kehamilan); dapat pula disebabkan oleh kondisi liver patologis dan gangguan metabolisme folat oleh karena defek genetik atau interaksi obat (Scaglione, 2014).

Asam folat selain memegang peranan penting dalam perkembangan embrio, juga membantu mencegah *neural tube defect*, yaitu cacat pada otak dan tulang belakang. Kebutuhan asam folat sekitar 600-800 miligram. Asam folat dapat didapatkan dari suplemen asam folat, sayuran berwarna hijau, jeruk, buncis, kacang-kacangan, dan roti gandum (Winarsih, 2018). Asam folat juga berperan untuk membantu memproduksi sel darah merah, sintesis DNA pada janin dan pertumbuhan plasenta (Dartiwen, 2019). Angka kecukupan sehari asam folat di Indonesia yang dianjurkan bagi ibu hamil adalah 400 mikrogram per hari (Sutrisminah dan Nasriyah, 2011) hingga 600 mikrogram per hari (Permenkes 2013). Penambahan asam folat pada masa kehamilan sangat penting selain dapat mencegah terjadinya kecacatan pada bayi, dapat juga mengurangi berbagai risiko yang terjadi misalnya preeklampsia.

Kekurangan asam folat dapat menyebabkan kehamilan prematur, anemia, cacat bawaan, bayi dengan berat bayi lahir rendah (BBLR), dan pertumbuhan janin

terganggu (Scaglione, 2014). Gangguan metabolisme DNA dan anemia bagi ibu serta bagi janin yang menyebabkan terjadinya kecacatan pada bayi yang akan dilahirkan. Hal ini dapat juga terjadi pada masyarakat yang pengetahuan dan sikapnya rendah, tidak mengetahui dari mana sumber memperoleh makanan yang kaya folat secara teratur (Almatsier, 2013).

Menurut hasil Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2012, adalah 32 kematian per 10.000 kelahiran hidup dan kematian neonatal merupakan penyumbang terbesar AKB, yakni 20 kematian per 10.000 kelahiran hidup. Penyebab terbesar kematian neonatal tersebut karena BBLR sebanyak 30,3% (Depkes, 2014). Sekitar 24-60% ibu hamil tidak mengetahui kekurangan asam folat di dalam makanan yang mereka konsumsi.

Di Provinsi Riau, tahun 2014, angka Kematian bayi (AKB), dari 72 per 1.000 kelahiran hidup menjadi 24 per 1.000 kelahiran hidup pada tahun 2015 proporsi penyebab kematian terbanyak karena kematian akibat BBLR 33,67%, faktor lainlain yaitu 30,50%, kematian akibat asfiksia 27,77%, kematian akibat kelainan kongenital 7,63%, kematian karena tetanus neonatorum 0,29% dan kematian karena ikterus 0,14. Di Provinsi Riau angka kejadian BBLR lebih tinggi dibandingkan penyebab yang lainnya, disebabkan juga karena kekurangan zat gizi, salah satunya kurang mengonsumsi asam folat (Dinkes Riau, 2013).

Di Desa Rambah Tengah Hilir belum pernah dilakukan penelitian tentang Pemenuhan Asam Folat pada Ibu Hamil Trimester I. Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti akan melakukan penelitian tentang “Pemenuhan Asam Folat pada Ibu Hamil Trimester I di Desa Rambah Tengah Hilir”.

METODE

Jenis penelitian ini adalah menggunakan desain Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan pendekatan *cross sectional*, yang bertujuan untuk mengetahui Untuk mengetahui Pemenuhan Asam Folat Pada Ibu Hamil Trimester I di Desa Rambah Tengah Hilir Penelitian ini akan dilakukan di Desa Rambah Tengah Hilir. Dengan sampel berjumlah 88 Orang Pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan *Random Sampling*. Pada analisis ini uji statistik yang digunakan adalah deskriptif.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan peneliti mengenai Pengetahuan Ibu Hamil Terhadap Pemenuhan Asam Folat Pada Trimester Pertama Di Puskesmas Rambah Hilir I dengan jumlah responden 30 orang dengan menggunakan analisa univariat didapatkan hasil pada tabel di bawah ini:

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu hamil Terhadap Pemenuhan Asam Folat Pada Trimester Pertama Di Puskesmas Rambah Hilir I

Pengetahuan	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Cukup	12	40%
Kurang	18	60%
Total	30	100%

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa distribusi frekuensi Pengetahuan Ibu Hamil Terhadap Pemenuhan Asam Folat Pada Trimester Pertama Di Puskesmas Rambah Hilir I, berpengetahuan cukup 12 orang (40%), berpengetahuan kurang 18 orang (60%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur Ibu hamil Terhadap Pemenuhan Asam Folat Pada Trimester Pertama Di Puskesmas Rambah Hilir I

No	Umur	Frekuensi (F)	Persentase (%)
1	<20	11	37%
2	20-30	15	50%
3	>35	4	13%
	Total	30	100%

Berdasarkan tabel 2 di atas, dapat dilihat bahwa Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur Ibu Hamil Terhadap Pemenuhan Asam Folat Pada Trimester Pertama Di Puskesmas Rambah Hilir I, dalam kategori umur <20 tahun sebanyak 11 orang (37%), kategori umur dewasa 20-35 tahun sebanyak 15 orang (50%) dan umur > 35 tahun sebanyak 4 orang (13%).

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan Ibu hamil Terhadap Pemenuhan Asam Folat Pada Trimester Pertama Di Puskesmas Rambah Hilir I

No	Kategori	Frekuensi (F)	Persentase (%)
----	----------	---------------	----------------

1	Bekerja	8	27%
2	Tidak Bekerja	22	73%
	Total	30	100%

Berdasarkan tabel 3 di atas dapat diketahui bahwa Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan Ibu Hamil Terhadap Pemenuhan Asam Folat Pada Trimester Pertama Di Puskesmas Rambah Hilir I, yaitu yang bekerja sebanyak 8 orang (27%), sedangkan yang tidak bekerja sebanyak 22 orang (73%).

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang Pengetahuan Ibu Hamil Terhadap Pemenuhan Asam Folat Pada Trimester Pertama Di Puskesmas Rambah Hilir I dapat diketahui bahwa pengetahuan ibu hamil paling banyak berpengetahuan kurang sebanyak 18 responden (60%), sedangkan pengetahuan yang cukup yaitu sebanyak 12 responden (12%), Berdasarkan hasil penelitian tentang Umur Ibu Hamil Terhadap Pemenuhan Asam Folat Pada Trimester Pertama Di Puskesmas Rambah Hilir I, dalam kategori umur <20 tahun sebanyak 11 orang (37%), kategori umur dewasa 20-35 tahun sebanyak 15 orang (50%) dan umur > 35 tahun sebanyak 4 orang (13%). Berdasarkan hasil penelitian tentang Pekerjaan Ibu Hamil Terhadap Pemenuhan Asam Folat Pada Trimester Pertama Di Puskesmas Rambah Hilir I, yaitu yang bekerja sebanyak 8 orang (27%), sedangkan yang tidak bekerja sebanyak 22 orang (73%).

Pada penelitian ini sebagian besar ibu hamil memiliki pengetahuan kurang dalam mengonsumsi asam folat disebabkan karena pendidikan yang sebagian tamat SD, dan ibu kurang aktif dalam bertanya tentang manfaat dan guna mengonsumsi asam folat kepada petugas kesehatan, dan petugas pelayanan kesehatan juga kurang memberikan informasi tentang asam folat.

Pada saat penelitian peneliti memperoleh informasi bahwa kurangnya informasi kesehatan yang diberikan / disampaikan oleh pihak kesehatan (Kader). Peneliti juga mendapatkan informasi bahwa responden jarang / malas untuk berkunjung ke Posyandu sehingga informasi tentang Asam Folat tidak diperoleh dengan baik. Hasil yang hanya pada cukup dan kurang.

Dari hasil penelitiannya dapat dikategorikan pengetahuan ibu hamil dalam mengomsumsi asam folat berdasarkan pengetahuan kurang adalah 34 (60,7%) dan pengetahuan baik adalah 22 (39,3%). Pada penelitian ini sebagian besar ibu hamil memiliki pengetahuan kurang dalam mengomsumsi asam folat disebabkan karena ibu kurang aktif dalam bertanya tentang manfaat dan guna mengomsumsi asam folat kepada petugas kesehatan dan sebagian ibu hamil tidak mau tau tentang manfaat asam folat (Evis, 2017)

Dari hasil penelitian di kecamatan Bontonomto dan Bontonompo selatan didapatkan bahwa sebagian besar ibu hamil yakni 32 ibu hamil (71,1%) jarang mengonsumsi sumber asam folat, 1 ibu hamil (2,2%) memiliki asupan asam folat cukup, dan (97,8%) ibu hamil yang memiliki asupan asam folat kurang. Pada penelitian ini sebagian besar ibu hamil memiliki pengetahuan kurang asupan asam folat disebabkan karena jumlah atau kadar asam folat dalam makanan yang sering dikonsumsi sedikit ataupun sebaliknya sumber asam folat yang memiliki jumlah atau kadar tinggi jarang dikonsumsi oleh ibu hamil sehingga asupannya menjadi kurang karena setiap sumber makanan asam folat memiliki jumlah atau kadar yang berbeda-beda (Christin, 2013)

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti mengenai Pengetahuan Ibu Hamil Terhadap Pemenuhan Asam Folat Pada Trimester Pertama Di Pusekesmas Rambah Hilir I maka dapat disimpulkan bahwa Pengetahuan ibu hamil yang berpengetahuan cukup sebanyak 12 responden (40%) Pengetahuan ibu hamil yang berpengetahuan kurang sebanyak 18 responden (60%).

DAFTAR PUSTAKA

1. Dartiwen Dan Nurhayati Yati. (2019). *Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan*. Yogyakarta: Cv Andi Offset
2. Depkes. (2014). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2013*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI
3. Devianty Christin, (2013). *Gambaran Pola Konsumsi Asam Folat dan Status Asam Folat Pada Ibu Hamil Di Kabupaten Gowa Sulawesi Selatan*
4. Dinkes Riau. (2013). *Profil Kesehatan Provinsi Riau*. *Journal of Chemical Information and Modeling*. Pekanbaru.

5. Eva Ellya Sibagariang. (2010). *Gizi Dalam Kesehatan Reproduksi*: Jakarta: Cv. Trans Info Media
6. Fitri, Imelda Dan Wij, Rizki Natia. (2019). *Buku Ajar Gizi Reproduksi Dan Bukti*. Yogyakarta: Gosyen Publishing
7. Kementerian Kesehatan Provinsi Riau. (2014). *Profil Kesehatan Provinsi Riau*, diakses Februari 2017
8. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2014). *Profil Kesehatan Indonesia 2015*, diakses Februari 2017
9. Malik Saepudin, (2011). *Metodologi Penelitian Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Cv Trans Info Media
10. Paramashanti. (2019). *Gizi Bagi Ibu Dan Anak*. Yogyakarta: Pt Pustaka Baru
11. Proverawati Atikah. (2018). *Anemia Dan Aemia Kehamilan*. Yogyakarta: Nuha Medika
12. Rahayu Atikah dkk, (2018). *Study Guide – Stunting Dan Upaya Pencegahannya Bagi Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*. Yogyakarta: Cv Mine
13. Ritawani Evis, (2017). *Pengetahuan Dengan Sikap Ibu Hamil Dalam Mengonsumsi Asam Folat*. Pekanbaru
14. Saryono dan Mekar Dwi Anggraeni. (2013). *Metodologi Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif Dalam Bidang Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika
15. Setiawan. (2011). *Metodologi Penelitian Kebidanan*. Yogyakarta: Nuha Medika
16. Sulistyarningsih, (2012). *Metodologi Penelitian Kebidanan: Kuantitatif-Kualitatif*. Yogyakarta: Graha Ilmu
17. Sunita Almatsier, (2009). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
18. Waryana, (2016). *Promosi Kesehatan, Penyuluhan, Dan Pempemdayaan Masyarakat*. Yogyakarta: Nuha Medika.
19. Winarsih, (2018). *Pengantar Ilmu Gizi Dalam Kebidanan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.