

Hubungan Kesehatan Mental dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil Usia Remaja

(The Relationship between Mental Health and The Incidence of Anemia in Teenage Pregnant Women)

Mina Ainun Harahap¹, Zata Ismah²

¹ Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

² Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

[Email: minainunhrp@gmail.com](mailto:minainunhrp@gmail.com)

ABSTRAK

Anemia adalah suatu kondisi tubuh dimana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari normal. Kadar Hb normal pada ibu hamil yaitu 11 g/dL. Berdasarkan data Riskesdas 2018, anemia pada ibu hamil berdasarkan umur 15-24 tahun berjumlah 84,6%. Tujuan dari penelitian ini ialah untuk mengetahui hubungan kesehatan mental dengan kejadian anemia pada kehamilan usia remaja. Lokasi pada penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Negeri Lama. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain studi cross sectional, adapun jumlah sampel yang dibutuhkan sebesar 120 sampel. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik proportional random sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kesehatan mental (0,000; PR2.042; CI95% 1.408-2.961) dengan kejadian anemia di wilayah kerja Puskesmas Negeri Lama. Diharapkan pemerintah dapat menanggulangi anemia pada ibu hamil melalui manajemen kesehatan mental ibu hamil dari kejadian anemia. Dan peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti faktor faktor apa yang menyebabkan gangguan kesehatan mental pada ibu hamil sehingga mampu memberikan intervensi yang lebih relevan.

Kata Kunci : anemia, kesehatan mental, remaja, ibu hamil, hemoglobin

ABSTRACT

Anemia is a condition of the body in which the level of hemoglobin (Hb) in the blood is lower than normal. Normal Hb levels in pregnant women are 11 g/dL. Based on the 2018 Riskesdas data, anemia in pregnant women based on the age of 15-24 years is 84.6%. The purpose of this study was to determine the relationship between mental health and the incidence of anemia in teenage pregnancy. The location of this research was carried out in the working area of the Negeri Lama Health Center. This research is a quantitative study with a cross-sectional study design, while the number of samples required is 120 samples. Sampling in this study used a proportional random sampling technique. The results showed that there was a significant relationship between mental health (0.000; PR2.042; 95% CI 1.408-2.961) and the incidence of anemia at public health center Negeri Lama. It is hoped that the government can overcome anemia in pregnant women through the mental health management of pregnant women from the incidence of anemia. And future researchers are expected to be able to examine what factors cause mental health disorders in pregnant women so as to be able to provide more relevant interventions.

Keywords: anemia, mental health, teenage, pregnant women, Hemoglobin

Pendahuluan

Prevalensi penderita anemia secara global pada wanita subur adalah 29,9% dan 36,5% pada wanita hamil (Adhelna et al., 2022). Di Indonesia, berdasarkan Riset Kesehatan Dasar tahun 2013, prevalensi anemia ibu hamil sebanyak 37,1% mengalami anemia, sedangkan berdasarkan Riskesdas tahun 2018 prevalensi anemia ibu hamil (48,9%). Angka ini menjelaskan bahwa terjadi peningkatan kejadian anemia pada ibu hamil di Indonesia yang menunjukkan Indonesia mengalami masalah kesehatan masyarakat berat (*severe public health problem*) dengan batas prevalensi anemia >40% (Mulyani, 2020).

Anemia adalah suatu kondisi tubuh dimana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari normal. Dimana kadar normal Hb pada ibu hamil adalah 11 g/dL. Anemia pada masa kehamilan tidak dapat dipisahkan dengan perubahan fisiologis yang terjadi selama proses kehamilan, umur janin, dan kondisi ibu hamil sebelumnya. Pada saat hamil, tubuh akan mengalami perubahan yang signifikan dimana jumlah darah dalam tubuh meningkat sekitar 20-30%, sehingga memerlukan peningkatan kebutuhan pasokan besi dan vitamin untuk membuat hemoglobin (Hb). Ketika hamil, tubuh ibu akan membuat lebih banyak darah untuk berbagi dengan bayinya sehingga tubuh memerlukan darah hingga 30% lebih banyak (Purba et al., 2020).

Tanda dan gejala ibu hamil dengan anemia adalah keluhan lemah, pucat, mudah pingsan, sementara tensi masih dalam batas normal, mengalami mal nutrisi, cepat lelah, sering pusing, mata berkunang-kunang, nafsu makan turun, konsentrasi turun, nafas pendek (pada anemia parah), dan keluhan mual, muntah hebat pada hamil muda (Mariatul, 2020).

Penelitian yang dilakukan Rahayu pada tahun 2017 dari hasil pemeriksaan Hb ibu hamil pada kelompok remaja dan non remaja didapatkan nilai p value 0,004 dan OR 3,625. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kehamilan remaja dengan angka kejadian anemia (Hb kurang dari 11 gr/dl). Ibu hamil pada usia remaja lebih beresiko mengalami

anemia empat kali dibandingkan dengan ibu hamil dengan usia non remaja (Aprilia, 2020).

Berdasarkan rentang usia yang dikeluarkan oleh Departemen Kesehatan Republik Indonesia (2009), usia remaja dikelompokkan menjadi 2 kategori yaitu masa remaja Awal dengan usia 12 hingga 16 tahun dan masa remaja Akhir dengan usia 17 hingga 25 tahun (Amin, 2017).

Dampak psikologis dari pelaksanaan pernikahan dini dapat menimbulkan terjadinya kecemasan, stress, depresi dan perceraian. Stres adalah mekanisme menyesuaikan diri. Stres diartikan sebagai suatu tanggapan atau respon seseorang pada kondisi yang dipersepsi sebagai tantangan atau ancaman. Dengan kata lain, stres adalah kondisi diri saat merasakan tekanan, ancaman, atau masalah (Li et al., 2016).

Tampak jelas bahwa kehamilan di masa remaja dapat memiliki dampak psikologis yang mendalam, dengan tekanan-tekanan baru yang berlanjut hingga dewasa. Analisis literatur menunjukkan bahwa kesehatan dan kesejahteraan ibu remaja dapat ditentukan oleh efek atau efek interaktif dari faktor ekonomi, dukungan sosial dan psikologis. Beban psikologis dan emosional yang terkait dapat disebabkan oleh faktor-faktor yang mencakup tanggung jawab perinatal dan ekonomi tambahan, penyesuaian gaya hidup dan perubahan dalam dinamika keluarga. Evolusi dari, dan solusi dari, konflik-konflik ini dapat bervariasi, dan dapat memiliki dampak seumur hidup (Perez, 2011).

Menurut NovoPsych (2018), untuk melihat seberapa besar tingkat gangguan kesehatan mental seseorang dapat digunakan beberapa alat ukur. Depression Anxiety Stress Scales (DASS) merupakan salah satu alat ukur yang lazim digunakan. DASS yang disusun oleh Lovibond dan Lovibond (1995) adalah skala asesmen diri sendiri (self-assesment scale) yang digunakan untuk mengukur kondisi emosional negatif seseorang yaitu depresi, kecemasan dan stress (Kusumadewi et al., 2020). Jawaban tes DASS terdiri dari 4 pilihan (0,1,2,3) yang disusun dalam bentuk skala Likert dan subyek diminta untuk menilai pada tingkat manakah mereka mengalami setiap kondisi yang disebutkan tersebut dalam satuminggu terakhir.

Di Australia dan United Kingdom telah dilakukan beberapa penelitian untuk melakukan pengujian validitas dan reliabilitas tes ini. Karena validitas dan reliabilitasnya yang tinggi, baik pada sampel nonklinis maupun sampel klinis, maka saat ini tes DASS sering digunakan baik dalam setting klinis maupun non-klinis dan diadministrasikan baik secara individual maupun kelompok. Penelitian terhadap DASS sendiri telah dilakukan di beberapa negara Asia, termasuk Indonesia, dan dari penelitian Oei, Sawang, Goh, dan Mukhtar (2013) diperoleh hasil reliabilitas skala ini cukup memuaskan (Muhammad, 2019).

Metode

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan rancangan cross sectional. Adapun lokasi dari penelitian ini adalah puskesmas Negeri Lama yang ada di Negeri Lama Seberang, kecamatan Bilih Hilir, Kabupaten Labuhanbatu Provinsi Sumatera Utara. Penentuan sampel dilakukan dengan menggunakan rumus uji hipotesis beda dua proporsi dengan hasil 120 sampel. Sedangkan pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *proportional random sampling* yang merupakan teknik pengambilan sampel dengan memberikan peluang yang sama bagi setiap unsur anggota populasi untuk dipilih menjadi anggota sampel.

Pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan instrument berupa kuesioner baku yaitu kuesioner DASS-21 (Depression Anxiety Stress Scales). Pengolahan data menggunakan SPSS dengan uji analisis univariat dan analisis bivariate.

Hasil

Tabel.1 distribusi berdasarkan status anemia pada ibu hamil

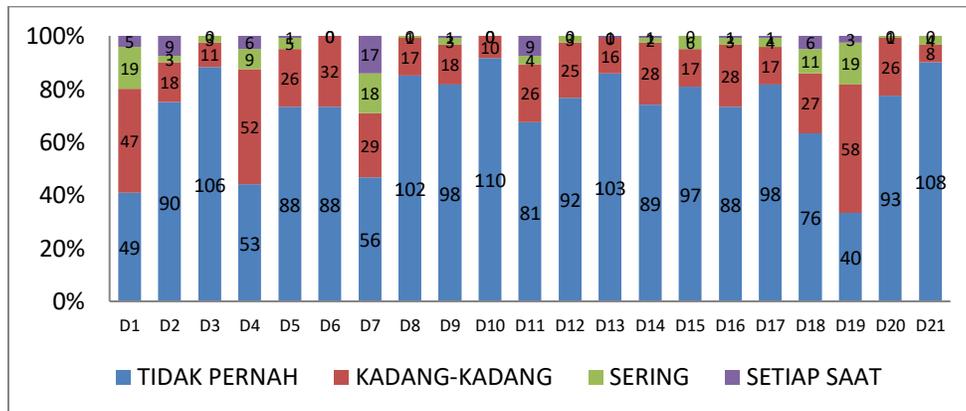
Status Anemia	N	%
Anemia	59	49.2
Tidak Anemia	61	50.8
Total	120	100

Pada tabel diatas diketahui bahwa ibu hamil remaja di wilayah kerja puskesmas Negeri Lama dengan status anemia sebanyak 59 (49.2%) responden. Angka tersebut menunjukkan bahwa kejadian anemia pada ibu hamil remaja di wilayah kerja puskesmas Negeri Lama tergolong tinggi melihat 49.2% hampir mencapai setengah dari ibu hamil remaja yang menjadi responden mengalami kejadian anemia.

Tabel.2 distribusi berdasarkan status kesehatan mental ibu hamil

Variabel	N	%
Tidak Kesehatan Mental	50	41.7
Normal	70	58.3
Total	120	100

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa ibu hamil dengan kesehatan mental yang tidak normal memiliki angka yang cukup tinggi yaitu 41.7%. Angka ini menunjukkan bahwa kesehatan mental pada ibu hamil hampir setengahnya mengalami gangguan seperti depresi, cemas dan stress.



Gambar.1 distribusi pada setiap pernyataan pada variabel kesehatan mental

Keterangan : D1 : Saya merasa bahwa diri saya menjadi marah karena hal-hal sepele, D2 : Saya merasa mulut saya sering kering, D3 : Saya sama sekali tidak dapat merasakan perasaan positif, D4 : Saya mengalami kesulitan bernafas (misalnya: sering kali terengah-engah atau tidak dapat bernafas padahal tidak melakukan aktivitas fisik sebelumnya), D5 : Saya sepertinya tidak kuat lagi untuk melakukan suatu kegiatan, D6 : Saya cenderung bereaksi berlebihan terhadap suatu situasi, D7 : Saya merasa gemetar (misalnya: pada tangan), D8 : Saya merasa telah menghabiskan banyak energi disaat merasa cemas, D9 : Saya merasa khawatir dengan situasi dimana saya mungkin menjadi panik dan memperlakukan diri sendiri, D10 : Saya merasa tidak ada hal yang dapat diharapkan di masa depan, D11 : Saya sedang merasa gelisah, D12 : Saya merasa sulit untuk bersantai, D13 : Saya merasa sedih dan tertekan, D14 : Saya sulit untuk

sabar dalam menghadapi gangguan terhadap hal yang sedang saya lakukan, D15 : Saya merasa saya hampir panic, D16 : Saya tidak merasa antusias dalam hal apapun, D17 : Saya merasa bahwa saya tidak berharga sebagai seorang manusia, D18 : Saya merasa bahwa saya mudah tersinggung, D19 : Saya menyadari perubahan detak jantung, walaupun tidak sehabis melakukan aktivitas fisik (misalnya: merasa detak jantung meningkat atau melemah), D20 : Saya merasa takut tanpa alasan yang jelas, D21 : Saya merasa bahwa hidup tidak bermanfaat.

Berdasarkan gambar 1 diketahui pernyataan yang paling banyak terjadi pada setiap saat terhadap ibu hamil remaja yaitu pernyataan D2 “Saya merasa mulut saya kering” sebanyak 7.5%. Lalu pada pernyataan D7 “Saya merasa gemetar (misalnya: pada tangan)” sebanyak 14.2% dan D11 “Saya sedang merasa gelisah” sebanyak 7.5%.

Tabel.3 Hubungan Kesehatan Mental Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Remaja

Kesehatan Mental	Status Anemia				TOTAL		P-Value	PR (95% CI)
	Anemia		Tidak Anemia					
	N	%	N	%	N	%		
Tidak normal (ada gangguan kesehatan mental)	35	29.2	15	12.5	50	41.7	0.000	2.042 (1.408-2.961)
Normal (tidak ada gangguan kesehatan mental)	24	20	46	38.3	70	58.3		
Total	59	49.2	61	50.8	120	100		

Berdasarkan hasil uji statistik pada alpha 5% diatas diketahui P-Value 0.000. nilai tersebut menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara kesehatan mental dengan kejadian anemia pada ibu hamil remaja. Adapun berdasarkan nilai PR sebesar 2.042 menjelaskan bahwa kesehatan mental yang tidak normal pada ibu hamil remaja 2.042 kali lebih beresiko terjadi anemia dibandingkan dengan kesehatan mental ibu hamil remaja yang normal.

Pembahasan

Berdasarkan hasil uji statistik diketahui bahwa status kesehatan mental memiliki hubungan yang signifikan terhadap kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Negeri Lama

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan di Turki menjelaskan bahwa terdapat hubungan antara kesehatan mental yang tidak normal dengan kejadian anemia pada ibu hamil (Hasdemir, 2022). Berdasarkan penelitian terdahulu di India

memiliki hasil yang sejalan dengan hasil penelitian ini menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kesehatan mental berupa stres dengan kejadian anemia pada saat kehamilan (Kumar & Mahmood, 2018).

Berdasarkan pada pernyataan untuk variabel kesehatan mental, rata-rata ibu yang mengalami anemia akan mengalami pernyataan pada D7 “Saya merasa gemetar (misalnya: pada tangan)”, dimana yang sering mengalami sebanyak 15% dan setiap saat mengalami sebanyak 14.2%. hal ini dapat terjadi dikarenakan pada penderita anemia akan mengalami gejala-gejala seperti yang ada pada pernyataan tersebut. Pada saat kehamilan, banyak terjadinya perubahan pada diri ibu hamil, baik secara fisik maupun psikis. Seperti perubahan hormon kehamilan yang biasanya menyebabkan ketidakstabilan emosi. Jika hal ini tidak diatasi dengan baik, maka dapat menyebabkan stres atau depresi pada ibu hamil, yang dapat mengganggu pertumbuhan dan perkembangan janin dalam kandungan (Rukmaini, 2018).

Keadaan pada saat kehamilan dapat memberikan perubahan terhadap fisik dan psikologi seorang ibu, hal tersebut bisa saja mempengaruhi kondisi sebagian ibu hamil yang menjadikannya merasa gelisah, merasa sedih, mudah tersinggung, ataupun sulit untuk sabar dalam menghadapi gangguan terhadap hal yang sedang lakukan. Gangguan pada kesehatan mental dapat mempengaruhi nafsu makan, istirahat dan kurangnya perhatian pada diri sendiri juga kandungannya. Perubahan nafsu makan dapat menyebabkan kurangnya asupan zat besi dan nutrisi penting lainnya yang diperlukan untuk mencegah anemia.

Selain itu istirahat yang kurang menyebabkan ibu kelelahan hingga dapat terjadi penurunan tingkat kesehatan pada ibu hamil. Masalah kesehatan mental pada ibu hamil seringkali memiliki kesulitan dalam merawat diri mereka sendiri dengan baik hal ini terjadi dikarenakan kurang motivasi untuk menjaga pola makan yang sehat atau mengikuti perawatan prenatal yang diperlukan, termasuk konsumsi suplemen zat besi (Nuramalia et al., 2023).

Kehamilan pada masa remaja akan meningkatkan risiko kematian 2-4 kali lipat lebih tinggi dibandingkan perempuan yang hamil pada

usia 20-30 tahun. Kehamilan pada masa remaja mempunyai risikomedis yang cukup tinggi, karena pada masa remaja alat reproduksi belum cukup matang untuk melakukan fungsinya. Semakin muda umur ibu hamil, semakin berisiko untuk terjadinya anemia. Hal ini didukung penelitian Adebisi dan Strayhorn (2005) di USA bahwa ibu remaja memiliki prevalensi anemia kehamilan lebih tinggi. Hal ini dikarenakan pada remaja, zat besi dibutuhkan lebih banyak karena pada masa tersebut remaja membutuhkannya untuk pertumbuhan, ditambah lagi dalam keadaan hamil maka kebutuhan akan zat besi menjadi lebih besar (Pratiwi, 2017).

Untuk membuat kesehatan mental seorang ibu hamil tetap stabil perlu dilakukan skrining terkait kesehatan mental, sehingga dapat mengetahui tingkat kesehatan mental pada ibu hamil dan dapat terhindar dari gangguan seperti stress, depresi, dan cemas.

Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan hasil pada penelitian ini diketahui bahwa status kesehatan mental memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian anemia pada ibu hamil remaja di wilayah kerja Puskesmas Negeri Lama dengan nilai P-Value 0.000. Untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti faktor-faktor apa yang menyebabkan gangguan kesehatan mental pada ibu hamil sehingga mampu memberikan intervensi yang lebih relevan.

Daftar Pustaka

- Adhelna, S., Halifah, E., & Ardhia, D. (2022). *Hubungan Kejadian Kurang Energi Kronis (Kek) Dengan Anemia Pada Ibu Hamil The Correlation Of Chronic Energy Lack Of Events (CED) With Anemia In Pregnant Women*. VI(1).
- Amin, M. Al. (2017). *Klasifikasi Kelompok Umur Manusia Berdasarkan Analisis Dimensi Fraktal Box Counting dari Citra Wajah dengan Deteksi Tepi Canny*. 2(6).
- Aprilia, I. N. (2020). *Pengaruh Kehamilan Usia Remaja Terhadap Kejadian Anemia dan KEK pada Ibu Hamil Pendahuluan Metode*. 11(1), 554–559. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.347>
- Hasdemir, O. K. (2022). *Relationship Between*

- Gestasyonel Depression and Iron Deficiency Anemia In Pregnancy: A Case-Control Study*. 15(2), 1545–1555.
- Kumar, A., & Mahmood, T. (2018). *IJSR - International Journal Of Scientific Research A Study of Oxidative Stress in Pregnant Anemic Women in Rural Rajasthan A Study of Oxidative Stress in Pregnant Anemic Women in Rural Rajasthan* Ashutosh Kumar *Biochemistry*. June 2019, 2–5. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.31841.35687>
- Kusumadewi, S., Wahyuningsih, H., Informatika, T., Indonesia, U. I., Indonesia, U. I., & Korespondensi, P. (2020). *Model Sistem Pendukung Keputusan Kelompok Untuk Penilaian Gangguan Depresi, Kecemasan Dan Stress Berdasarkan Dass-42 Group Decision Support System Model for Assessment of Depression, Anxiety and Stress Disorders Based on Dass-42*. 7(2), 219–228. <https://doi.org/10.25126/jtiik.202071052>
- Mariatul, K. (2020). *faktor faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada ibu hamil di puskesmas Tegal Sari KOTA MEDAN Tahun 2019*.
- Muhammad, H. H. (2019). Gambaran Status Mental (Stres, Kecemasan, dan Depresi) Pada Korban Pasca Gempa Berdasarkan Periode Perkembangan (Remaja, Dewasa, Dan Lansia) Di Desa Pendua Kabupaten Lombok Utara. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Mulyani. (2020). *Hubungan Umur Ibu Dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil Di Puskesmas Bojong*. 34.
- Nuramalia, M., Grafita, N., Makmur, M., & Mayora, M. I. (2023). *Pengaruh Tingkat Emosi, Kecukupan Gizi dan Kebiasaan Hidup Ibu Hamil terhadap Perkembangan Janin*. 05(04), 11997–12004.
- Perez, F. (2011). Present Problems and Controversies Concerning Pregnant Adolescents. *Open Access Journal of Contraception*, 85. <https://doi.org/10.2147/oajc.s13398>
- Pratiwi, H. (2017). Pengaruh Umur Kehamilan Usia Remaja, Pengetahuan Ibu Tentang Anemia, Dan Status Gizi Terhadap Kejadian Anemia Di Kecamatan Sawahan Kota Surabaya. *Medical Technology and Public Health Journal (MTPH Journal)*, 01. <https://www.ptonline.com/articles/how-to-get-better-mfi-results>
- Purba, E. M., Jelita, F., Simanjuntak, C., & Sinaga, M. (2020). Determinan Prevalensi Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Daerah Rural Wilayah Kerja Puskesmas Sialang Buah Tahun 2020. *IMJ (Indonesian)*, 4(1), 34–40. <http://jurnal.umt.ac.id/index.php/imj/article/view/3960>
- Rukmaini. (2018). modul ibu hamil dengan anemia. In *Journal of Materials Processing Technology* (Vol. 1, Issue 1). <http://dx.doi.org/10.1016/j.cirp.2016.06.001>
<http://dx.doi.org/10.1016/j.powtec.2016.12.055>
<https://doi.org/10.1016/j.ijfatigue.2019.02.006>
<https://doi.org/10.1016/j.matlet.2019.04.024>
<https://doi.org/10.1016/j.matlet.2019.127252>
<http://dx.doi.org/10.1016/j.matlet.2019.127252>