

EFEKTIFITAS PEMBERIAN VITAMIN A PADA IBU 24 JAM POST PARTUM TERHADAP PENINGKATAN STATUS GIZI BAYI DALAM RANGKA PENURUNAN ANGKA KEMATIAN BAYI

Riski Akbarani, Ulfa Nur Hidayati

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kendedes,

Jalan Panji Suroso No 6 Malang Jawa Timur, Telepon (0341) 488762.

Email : aisha_kiki@yahoo.co.id

Abstrak : Tujuan penelitian ini bermaksud mengetahui Efektifitas Pemberian Vitamin A Dosis Tinggi Pada Ibu 24 jam Post Partum Terhadap Peningkatan Status Gizi serta Kontribusinya dalam menurunkan risiko kematian bayi. Metode penelitian ini Pemberian tambahan vitamin A dosis tinggi dilakukan pada 24 jam pertama setelah ibu melahirkan sampai dengan ibu nifas 42 hari. Penelitian ini memberikan vitamin A dosis tinggi 200.000 SI warna merah pada 24 jam pertama setelah melahirkan dan 200.000 SI kapsul merah setelah 24 jam pertama sampai dengan 42 hari masa nifas. Rancangan penelitian yang digunakan adalah rancangan penelitian *cross sectional*. Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan dengan menggunakan Chi Square didapatkan nilai p sebesar 0.000 dimana nilai $P 0,000 < \alpha (0,05)$ yang artinya bahwa pemberian vitamin A pada ibu nifas setelah 24 jam persalinan memiliki hubungan dengan peningkatan status gizi bayi yang disusunya. Kesimpulan Fungsi Vitamin A secara umum yaitu membantu pembentukan jaringan tubuh dan tulang, meningkatkan penglihatan dan ketajaman mata, memelihara kesehatan kulit dan rambut, meningkatkan kekebalan tubuh, memproteksi jantung, anti kanker dan katarak, pertumbuhan dan reproduksi. Pemberian kapsul vitamin A pada ibu setelah melahirkan dapat meningkatkan status vitamin A dan jumlah kandungan vitamin tersebut dalam ASI. Rendahnya status vitamin A selama masa kehamilan dan menyusui berasosiasi dengan rendahnya tingkat kesehatan ibu. Pemberian suplementasi vitamin A dosis rendah setiap minggunya, sebelum kehamilan, pada masa kehamilan serta setelah melahirkan telah menaikkan konsentrasi serum retinol ibu, menurunkan penyakit rabun senja, serta menurunkan mortalitas yang berhubungan dengan kehamilan hingga 40%. Pemberian kapsul vitamin A bagi ibu nifas dapat menaikkan jumlah kandungan vitamin A dalam ASI, sehingga akan meningkatkan status vitamin A pada bayi yang disusunya. ASI merupakan sumber utama vitamin A bagi bayi pada enam bulan kehidupannya dan merupakan sumber yang penting hingga bayi berusia dua tahun

Kata Kunci : Vitamin A, Status Gizi bayi

PENDAHULUAN

Masa nifas adalah masa yang dimulai setelah kelahiran plasenta dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan sebelum hamil, yang lamanya kira-kira 6 minggu (Maternal Neonatal, 2002). Dalam masa nifas diperlukan suatu asuhan yang bertujuan untuk menjaga kesehatan ibu dan bayinya, baik fisik maupun psikologis serta memberikan pendidikan kesehatan tentang :

perawatan kesehatan diri, nutrisi makan, KB perawatan kesehatan diri, nutrisi makan, KB menyusui, pemberian imunisasi kepada bayinya dan perawatan bayi sehat. Pada asuhan masa nifas yang berhubungan dengan nutrisi, ibu nifas mempunyai kebutuhan dasar yaitu minum vitamin A (200.000 unit) agar bisa memberikan vitamin A kepada bayinya melalui ASI.

Vitamin A adalah suatu vitamin yang berfungsi dalam sistem penglihatan, fungsi pembentukan kekebalan dan fungsi reproduksi (Depkes RI, 2007). Vitamin A perlu diberikan dan penting bagi ibu selama dalam masa nifas. Pemberian kapsul vitamin A bagi ibu nifas dapat menaikkan jumlah kandungan vitamin A dalam ASI, sehingga meningkatkan status vitamin A pada ibu yang disusunya.

Semua bayi, walaupun mereka dilahirkan dari ibu yang berstatus gizi baik dan tinggal di negara maju, terlahir dengan cadangan vitamin A yang terbatas dalam tubuhnya (hanya cukup memenuhi kebutuhan untuk sekitar dua minggu). Di negara berkembang, pada bulan-bulan pertama kehidupannya, bayi sangat bergantung pada vitamin A yang terdapat dalam ASI. Oleh sebab itu, sangatlah penting bahwa ASI mengandung cukup vitamin A.

Pada ibu menyusui berisiko mengalami kekurangan vitamin A (KVA) karena pada masa tersebut ibu membutuhkan vitamin A yang tinggi untuk produksi ASI bagi bayinya. Status gizi dan kesehatan pada ibu hamil sangatlah penting, karena sering kali status gizi pada ibu menyusui terabaikan terlebih pada keluarga yang ekonominya menengah kebawah, hal ini menunjukkan bahwa KVA merupakan masalah potensial bagi ibu serta bayi yang disusunya. Pemberian kapsul vitamin A untuk ibu nifas memiliki manfaat penting bagi ibu dan bayi yang disusunya, selain untuk meningkatkan daya tahan tubuh juga dapat meningkatkan kelangsungan hidup anak dan juga membantu pemulihan kesehatan ibu. Oleh sebab itu Departemen Kesehatan RI melalui dinas kesehatan di tingkat kabupaten dapat meningkatkan kualitas kesehatan ibu dan anak dengan memperkuat program vitamin A pada ibu nifas.

Pemberian kapsul vitamin A pada ibu setelah melahirkan dapat meningkatkan status vitamin A dan jumlah kandungan vitamin tersebut dalam ASI. Rendahnya status vitamin A selama masa kehamilan dan menyusui berasosiasi dengan rendahnya tingkat kesehatan ibu. Pemberian suplementasi vitamin A dosis rendah setiap minggunya, sebelum kehamilan, pada masa kehamilan serta setelah melahirkan telah menaikkan konsentrasi serum retinol ibu, menurunkan penyakit rabun senja, serta menurunkan mortalitas yang berhubungan dengan kehamilan hingga 40 %. Pemberian kapsul vitamin A bagi ibu nifas dapat menaikkan jumlah kandungan vitamin A dalam ASI, sehingga akan meningkatkan status vitamin A pada bayi yang disusunya. ASI merupakan sumber utama vitamin A bagi bayi pada enam bulan kehidupannya dan merupakan sumber yang penting hingga bayi berusia dua tahun.

Vitamin A merupakan zat penting untuk mensintesis pigmen sel - sel retina yang fotosintesis, dan diferensiasi normal struktur epitel penghasil lendir. Kekurangan yang parah menyebabkan rabun senja, serosis, dan keratinisasi konjungtiva dan kornea yang pada akhirnya menimbulkan ulkus serta nekrosis kornea (Arisman, 2004)

Fungsi Vitamin A secara umum yaitu membantu pembentukan jaringan tubuh dan tulang, meningkatkan penglihatan dan ketajaman mata, memelihara kesehatan kulit dan rambut, meningkatkan kekebalan tubuh, memproteksi jantung, anti kanker dan katarak, pertumbuhan dan reproduksi (Purwitasari dan Maryanti, 2009).

Anak - anak yang cukup mendapat vitamin A bila terkena diare, campak atau penyakit infeksi lain, maka penyakit - penyakit tersebut tidak mudah menjadi parah, sehingga tidak membahayakan jiwa anak (Depkes RI, 1995).

Tujuan pemberian vitamin A dosis tinggi yang ingin dicapai dalam akselerasi yaitu untuk semua bayi, balita, dan ibu nifas mendapat dan meminum vitamin A. Sedangkan tujuan khususnya yaitu tergalangnya kepedulian petugas untuk meningkatkan pemberdayaan masyarakat dalam distribusi kapsul vitamin A, meningkatkan pengetahuan dan kepedulian masyarakat mengenai perlunya distribusi kapsul vitamin A pada sasaran (bayi 6-11bulan, balita 1-5 tahun dan ibu nifas) (Depkes RI, 2000).

Pemberian vitamin A dosis tinggi telah terbukti mampu mengawasi xerofthalmia, mencegah kebutaan dan mengurangi angka kematian anak akibat infeksi tertentu (terutama campak dan diare) pada masyarakat yang mengalami defisiensi. Suplementasi cara ini juga terbukti efektif dalam memperbaiki secara cepat keadaan ibu dan bayi yang baru dilahirkan (Depkes RI, 2000).

Program pemberian suplementasi vitamin A diyakini efektif dan aman. Vitamin A diberikan dengan dosis anjuran, tidak akan terjadi efek samping yang serius dan menetap. Efek samping yang sampai sekarang terpantau cukup ringan hanya keluhan sakit kepala dan muntah. (pada bayi fontanela mengeras atau menggelembung) dan tidak memerlukan pengobatan yang khas. Jika status vitamin A sudah baik, pemberian suplemen menjadi tidak penting. Namun, jika diteruskan juga tidak membahayakan (Depkes RI, 2000).

Nifas merupakan masa atau waktu sejak bayi dilahirkan dan plasenta keluar lepas dari rahim sampai enam minggu berikutnya disertai pulihnya kembali organ - organ yang berkaitan dengan kandungan yang mengalami perubahan seperti perlukaan dan lain sebagainya berkaitan saat melahirkan (Suherni, 2009).

Pemberian kapsul vitamin A untuk ibu nifas memiliki manfaat penting bagi ibu dan bayi yang disusunya, selain untuk meningkatkan daya tahan tubuh juga dapat meningkatkan kelangsungan hidup anak dan juga membantu pemulihan kesehatan ibu.. Banyak dikemukakan pada jurnal – jurnal ilmiah tentang kandungan kadar vitamin A dalam air susu ibu (ASI) yang menunjukkan bahwa kadar vitamin A pada air susu ibu (ASI) hanya sekitar 21.0 mcg/dl. Dengan kadar seperti itu, bila diperhitungkan atas dasar konsumsi 600 – 800 ml ASI maka kecukupan vitamin A bayi dikhawatirkan tidak terpenuhi. Peningkatan kadar vitamin A melalui pemberian tambahan vitamin A dosis tinggi kepada ibu menyusui diharapkan dapat membantu kecukupan tersebut.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian analitik observasional yang dilakukan untuk melihat hubungan antara gejala yang lain atau variabel satu dengan variabel yang lain (Murti, 2010).

Penelitian tahun pertama ini merupakan penelitian kuantitatif *experimental community models* dengan pendekatan *post test without control group*. Penelitian ini dilakukan selama 8 bulan berupa analisa dengan pengambilan sampel responden untuk mengetahui keefektifan vitamin A yang dikonsumsi oleh ibu nifas 24 jam pertama yang diberikan Vitamin A sebanyak 1 kapsul merah (200.000 SI), dibandingkan dengan ibu nifas 24 jam pertama yang tidak diberi Vitamin A sebanyak 1 kapsul merah. Selain pengambilan sampel darah, peneliti juga mengukur berat badan bayi dan panjang bayi baru lahir yang digunakan untuk menentukan status gizi bayi tersebut.

Responden dalam penelitian ini adalah ibu nifas setelah 24 jam sampai dengan 42 hari setelah melahirkan yang bersedia menjadi responden secara sukarela yang diambil melalui tehnik purposive sampling untuk penentuan subyek penelitian. Adapun kriteria responden yang diambil adalah sebagai berikut :

1. Usia ibu saat melahirkan 20 – 35 tahun
2. Melahirkan bayi cukup bulan
3. Bayi dalam keadaan sehat dan normal
4. Ibu melahirkan normal tanpa komplikasi saat persalinan
5. Berkomitmen untuk memberikan ASI eksklusif

Responden yang sudah terpilih kemudian akan dilakukan pengamatan selama 6 bulan untuk memastikan pemberian ASI eksklusif pada bayinya. Setelah 6 bulan, bayi akan ditimbang lagi dan diukur panjang badannya yang nantinya akan digunakan untuk menentukan status gizi bayi tersebut.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian ini menunjukkan tabulasi silang antara pemberian vitamin A terhadap peningkatan status gizi bayi yang disusui oleh ibunya.

Status Gizi	Vitamin A			
	Diberikan Vit. A		Tidak Diberikan Vit. A	
	F	%	f	%
Meningkat	14	46,67%	2	6,67%
Tidak meningkat	1	3,33%	13	43,33%

Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan dengan menggunakan Chi Square didapatkan nilai p sebesar 0.000 dimana nilai $P < \alpha (0,05)$ yang artinya bahwa pemberian vitamin A pada ibu nifas setelah 24 jam persalinan memiliki hubungan dengan peningkatan status gizi bayi yang disusui.

PEMBAHASAN

Vitamin A merupakan salah zat penting yang larut dalam lemak dan dalam hati, tidak dapat di buat oleh tubuh, sehingga harus dipenuhi dari luar(essesnsial), berfungsi untuk penglihatan, pertumbuhan dan meningkatkan daya tahan tubuh terhadap penyakit.(Depkes RI.2009) Vitamin A sangat penting bagi kesehatan kulit, kelenjar, serta fungsi mata. Sekalipun pada waktu lahir bayi memiliki simpanan vitamin A, ASI tetap menjadi sumber penting dari vitamin A dan karoten (zat gizi yang banyak terdapat secara alami dalam buah-buahan dan sayur-sayuran). (Depkes RI 2009)

Di Negara berkembang, pada bulan-bulan pertama kehidupannya, bayi sangat bergantung pada vitamin A yang terdapat dalam ASI. Oleh sebab itu, sangatlah penting bahwa ASI mengandung cukup vitamin A. Anak-anak yang sama sekali tidak mendapatkan ASI akan berisiko lebih tinggi terkena Xerophthalmia dibandingkan dengan anak-anak yang mendapatkan ASI walau hanya dalam jangka waktu tertentu. (Depkes RI, 2011).

Pemberian kapsul vitamin A 200.000IU sebanyak dua kali,pertama segera setelah melahirkan, kedua di berikan setelah 24 jam pemberian kapsul vitamin A pertama (Departemen Kesehatan RI 2009). Pemberian 1 kapsul vitamin A 200.000 SI warna merah pada ibu nifas hanya cukup untuk meningkatkan kandungan vitamin A dalam ASI selama 60 hari. Pemberian 2 kapsul vitamin A 200.000 SI warna merah di kapkan dapat menambah kandungan vitamin A dalam ASI sampai bayi usia 6 bulan.

Pemberian kapsul vitamin A bagi ibu nifas dapat menaikkan jumlah kandungan vitamin A dalam ASI, sehingga akan meningkatkan status vitamin A pada bayi yang disusui. ASI merupakan sumber utama vitamin A bagi bayi pada enam bulan kehidupannya dan merupakan sumber yang penting hingga bayi berusia dua tahun.

Dalam masa nifas diperlukan suatu asuhan yang bertujuan untuk menjaga kesehatan ibu dan bayinya, baik fisik maupun psikologis serta memberikan pendidikan kesehatan tentang perawatan kesehatan diri, nutrisi, KB, menyusui, pemberian imunisasi kepada bayinya dan perawatan bayi sehat. Pada asuhan masa nifas yang berhubungan dengan nutrisi, ibu nifas mempunyai kebutuhan dasar yaitu minum vitamin A (200.000 unit) agar bisa memberikan vitamin A kepada bayinya melalui ASI. Vitamin A adalah suatu vitamin yang berfungsi dalam sistem penglihatan, fungsi pembentukan kekebalan dan fungsi reproduksi (Depkes RI, 2007).

Vitamin A perlu diberikan dan penting bagi ibu selama dalam masa nifas. Pemberian kapsul vitamin A bagi ibu nifas dapat menaikkan jumlah kandungan vitamin A dalam ASI, sehingga meningkatkan status vitamin A pada ibu yang disusunya.

Berat badan adalah salah satu parameter yang memberikan gambaran massa tubuh. Massa tubuh sangat sensitive terhadap perubahan-perubahan yang mendadak, misalnya karena terserang penyakit infeksi, menurunnya nafsu makan atau menurunnya jumlah makanan yang dikonsumsi. Dalam keadaan normal, dimana keadaan kesehatan baik dan keseimbangan antara konsumsi dan kebutuhan zat gizi terjamin, maka berat badan berkembang mengikuti pertambahan umur. Berat badan menurut umur merupakan indikator yang paling umum digunakan. Pengukuran berat badan yang dilakukan secara berulang arat serial, dapat dipakai untuk indeks pertumbuhan, dan juga kegagalan pertumbuhan, namun juga dikatakan bahwa pengukuran berat badan menjadi bermakna bila diperhitungkan dengan umur. Kartu Menuju Sehat (KMS) yang digunakan pada saat ini dengan menggunakan buku KIA. KMS dibagi dua macam untuk laki-laki dan perempuan, kenaikan berat badan baik laki-laki maupun perempuan dilihat dari kenaikan berat badan minimal (KBM) dan umur anak. Apabila anak umur 1 bulan kenaikan berat badan minimal 800 gr, 2 bulan (900 gr), 3 bulan (800 gr), 4 bulan(600 gr), 5 bulan (500

gr), 6-7 bulan(400 gr), 8-11 bulan(300 gr), anak umur 1-5 tahun kenaikan berat badan minimal 200 gr (Depkes, 2009).

Pemberian vitamin A berhubungan erat dengan kejadian anemia pada ibu, kekurangan berat badan, kurang gizi, meningkatnya risiko infeksi dan penyakit reproduksi, serta menurunkan kelangsungan hidup ibu hingga dua tahun setelah melahirkan. Semua anak, walaupun mereka dilahirkan dari ibu yang berstatus gizi baik dan tinggal di negara maju, terlahir dengan cadangan vitamin A yang terbatas dalam tubuhnya (hanya cukup memenuhi kebutuhan untuk sekitar dua minggu). Di negara berkembang, pada bulan-bulan pertama kehidupannya, bayi sangat bergantung pada vitamin A yang terdapat dalam ASI. Oleh sebab itu, sangatlah penting bahwa ASI mengandung cukup vitamin A. Anak-anak yang sama sekali tidak mendapatkan ASI akan berisiko lebih tinggi terkena Xerophthalmia dibandingkan dengan anak-anak yang mendapatkan ASI walau hanya dalam jangka waktu tertentu. Berbagai studi yang dilakukan mengenai Vitamin A ibu nifas memperlihatkan hasil yang berbeda-beda.

Rendahnya status vitamin A selama masa kehamilan dan menyusui berasosiasi dengan rendahnya tingkat kesehatan ibu. Pemberian suplementasi vitamin A dosis rendah setiap minggunya, sebelum kehamilan, pada masa kehamilan serta setelah melahirkan telah menaikkan konsentrasi serum retinol ibu, menurunkan penyakit rabun senja, serta menurunkan mortalitas yang berhubungan dengan kehamilan hingga 40 %. Pemberian kapsul vitamin A bagi ibu nifas dapat menaikkan jumlah kandungan vitamin A dalam ASI, sehingga akan meningkatkan status vitamin A pada bayi yang disusunya. ASI merupakan sumber utama vitamin A bagi bayi pada enam bulan kehidupannya dan merupakan sumber yang penting hingga bayi berusia dua tahun.

Keadaan status gizi bayi pada kelompok yang ibu mendapat suplementasi vitamin A lebih baik daripada keadaan status gizi pada bayi yang ibu yang tidak mendapatkan suplementasi vitamin A. Dalam penelitian penelitian sebelumnya yang

dilakukan terhadap hewan percobaan diperoleh kesimpulan bahwa salah satu fungsi vitamin A yang penting adalah untuk pertumbuhan. Adanya hubungan antara status vitamin A dengan pertumbuhan yang lebih baik, menggambarkan kemungkinan pentingnya peranan vitamin A dalam pertumbuhan bayi ataupun nafsu makan yang mungkin lebih baik, seperti dikemukakan oleh Husaini. Perlu disadari intervensi dengan vitamin A ini bukan mengecilkan peranan ASI, karena ASI tetap merupakan makanan bayi yang paling baik. Hanya perlu diingat bahwa kadar vitamin dalam ASI sangat dipengaruhi oleh status vitamin A ibu menyusui.

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, Sunita. 2003. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Gramedia Pustaka Utama. Jakarta
- Badan Litbang Kesehatan, Kementerian Kesehatan RI, 2010. *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2010*. Jakarta, Badan Litbangkes
- Direktorat Gizi Masyarakat Dep.Kes., 2006. *Pedoman Distribusi Kapsul Vitamin A*. Jakarta DitZi.
- Direktorat Gizi Masyarakat Dep.Kes., 2007. *Indikator Pencapaian Program Gizi 2007*. Jakarta Ditz
- Dinas Kesehatan Kota Malang, 2012. *Profil kesehatan Kota Malang*
- Hidayat, A.A. 2010. *Metode Penelitian Kesehatan-Paradigma Kuantitatif*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Manuaba .2010. *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan, dan KB*. Jakarta : EGC
- Mochtar, R . 2012. *Sinopsis Obstetri Jilid 2*. Yogyakarta : EGC
- Mufdlilah .2009. *Panduan Asuhan Kebidanan Ibu Hamil*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Nazir, M. 2011. *Metode Penelitian*. Bogor : Ghalia Indonesia
- Notoatmodjo, S. 2010. *Promosi Kesehatan Teori Dan Aplikasi* : Rineka Cipta
- Saifuddin, A. 2008. *Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Gibson RS, 2005. *Principle of Nutritional Assessment. Second Edition*. Oxford University Press. New York
- Saleha S. 2009. *Asuhan kebidanan pada masa nifas*. Jakarta : Salemba medika;
- Supariasa, I Dewa Nyoman, DKK, 2001.*Penilaian Status Gizi*. Jakarta : EGC