
PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG DAMPAK KAFEIN TERHADAP KEHAMILAN DAN JANIN DI DESA SEI ROTAN KECAMATAN PERCUT SEL.TUAN KABUPATEN DELI SERDANG TAHUN 2016

Nelly Karlinah

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hang Tuah Pekanbaru

Email: nellykarlinah87@gmail.com

ABSTRAK

Kafein adalah salah satu dari tiga zat psikoaktif, banyak terdapat dalam minuman seperti teh, kopi, softdrink, coklat, beberapa obat – obatan untuk sakit kepala, flu, dan alergi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengetahuan ibu hamil tentang dampak kafein terhadap kehamilan dan janin. Jenis penelitian deskriptif dengan pendekatan cross sectional. Dari hasil penelitian 52 responden, didapatkan 27 orang (51,9%) pengetahuan dalam kategori kurang, 8 orang (15,4%) pengetahuan dalam kategori baik. Kesimpulan bahwa pengetahuan ibu hamil tentang dampak kafein terhadap kehamilan dan janin masih kurang, hal ini disebabkan kurangnya informasi dan penyuluhan dari tenaga kesehatan tentang dampak kafein.

Kata kunci : Pengetahuan, kafein, hamil, janin

PENDAHULUAN

Kafein adalah salah satu dari tiga zat psikoaktif yang paling banyak dikonsumsi oleh penduduk dunia selain nikotin dan alkohol. Kopi (kafein) pertama kali dikonsumsi 1000 tahun yang lalu di negara Arab. Zat ini adalah stimulan sistem saraf pusat dengan meningkatkan norepineprin, dopamine, asetikolin dan serotonin. Apabila seseorang secara rutin minum kopi kemudian dihentikan maka antara 30 – 50% peminum kopi akan mengalami sindrom putus kafein yang terjadi 18 – 24 jam kemudian. Kafein meningkatkan produksi norepineprin dan menghambat enzim *phosphodiesterase* serta dapat menghancurkan c – (*cyclic – adenosine monophosphate*) pada dosis kafein yang tinggi, meningkatkan kadar dopamine dan serotonin, proses ini terjadi di hipotalamus otak (Soetjningsih, 2004).

Pada tahun 1996 Dlugosz dan rekan – rekannya mengemukakan bahwa kafein dapat mengakibatkan resiko tinggi aborsi trimester pertama. Klebanoff dan rekan – rekan memberikan penguatan bahwa jika kaitan tersebut memang ada, tidak baik seorang wanita minum 300 mg/ hari kopi atau setara dengan 3 cangkir kopi setiap harinya. Pada tahun 1992 Klebanoff dan rekan – rekan juga mengemukakan bahwa banyak wanita mengalami mual selama penghentian sendiri konsumsi kafein, pada saat kehamilan diharapkan mengurangi kafein sebagai tindakan kenyamanan karena pada saat hamil apabila mengkonsumsi kafein secara berlebihan dapat menyebabkan mual-muntah yang berlebihan pada ibu hamil (Varney, 2002).

Pada tahun 2005 sebuah studi di Yugoslavia membandingkan berat bayi

baru lahir antara ibu yang mengkonsumsi 71-140mg kafein dengan ibu yang mengkonsumsi kafein 0-10mg. Ibu yang mengkonsumsi 70-140mg memberikan bayi dengan berat seperempat lebih kecil ketimbang bayi yang dilahirkan ibu hamil yang lain. Sehingga menyebabkan berat badan lahir bayi rendah (Maulana, 2009). Menurut hasil penelitian Sukrisno Widyotomo dan Sri-Mulato pada tahun 2007, (Peneliti Pasca Panen Pusat Penelitian Kopi dan Kakao Inonesia), menyebutkan bahwa Kafein berdampak pada janin karena dapat menyeberang plasenta dan masuk ke dalam sirkulasi janin dengan resiko terberatnya adalah terjadi keguguran, Kafein juga dapat menyebabkan peningkatan hormon epinefrin, dan menyebabkan ibu dan janinnya stress. Peningkatan kadar epinefrin akan mengakibatkan berkurangnya aliran darah ke dalam rahim, sehingga mengurangi aliran oksigen dan nutrisi ke janin. Kafein yang diminum oleh ibu hamil, tidak hanya dapat melintasi plasenta dan memasuki aliran darah janin karena hati pada janin belum mampu memproses kafein secepat ibunya, sehingga kafein itu akan tinggal di sistem peredaran darah janin dalam waktu yang lebih lama (Warta Pusat Penelitian Kopi dan Kakao Indonesia, 2007).

METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini, menggunakan desain penelitian deskriptif dengan pendekatan *cross sectional* yang bertujuan untuk mengetahui pengetahuan ibu hamil tentang dampak kafein terhadap kehamilan dan janin.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil yang ada di Desa Sei Rotan Kecamatan Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang. Teknik pengambilan sampel menggunakan pendekatan secara *total sampling*.

HASIL

Penelitian telah dilakukan terhadap 52 di Desa Sei Rotan Kecamatan Percut Sei Tuan responden

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Hamil Berdasarkan Umur tentang Dampak Kafein Terhadap Kehamilan dan Janin

Umur	Pengetahuan						Jumlah	
	Kurang		Cukup		Baik		f	%
	f	%	f	%	f	%		
1. < 20	12	42	5	31	5	62	22	42
2. 20-25	14	50	11	68	3	37	28	53
3. > 25	2	7	-	-	-	-	2	3
Jlh	28	100	16	100	8	100	52	100

Berdasarkan tabel 1 diatas dapat dilihat bahwa mayoritas ibu berpengetahuan kurang pada umur 20-25 tahun sebanyak 14 orang (50%), dan minoritas berpengetahuan baik pada umur 20-25 tahun sebanyak 3 orang (37%).

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Hamil Berdasarkan Paritas tentang Dampak Kafein Terhadap Kehamilan dan Janin

Paritas	Pengetahuan						Jumlah	
	Kurang		Cukup		Baik		f	%
	f	%	f	%	f	%		
1. Primi	9	34	4	22	1	12	14	26
2. Multi	15	57	14	77	7	87	36	69
3. Grande	2	7	-	-	-	-	2	3
Jumlah	26	100	18	100	8	100	52	100

Berdasarkan tabel 2 diatas dapat dilihat bahwa mayoritas ibu yang berpengetahuan kurang pada Paritas Multigravida sebanyak 15 orang (57%), dan minoritas berpengetahuan baik pada Paritas Primigravida sebanyak 1 orang (12%).

Tabel 3

Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Hamil Berdasarkan Pendidikan tentang Dampak Kafein Terhadap Kehamilan dan Janin

Pendidikan	Pengetahuan						Jumlah	
	Kurang		Cukup		Baik		F	%
	f	%	f	%	f	%		
1. Dasar	15	53	5	31	-	-	20	38
2. Menengah	12	42	11	68	5	62	28	53
3. Tinggi	1	3	-	-	3	37	4	7
Jumlah	28	100	16	100	8	100	52	100

Berdasarkan tabel 3 diatas dapat dilihat bahwa mayoritas ibu yang berpengetahuan kurang pada Pendidikan Dasar (TK,SD) sebanyak 15 orang (53%), dan minoritas berpengetahuan baik pada Perguruan Tinggi sebanyak 3 orang (37%)

Tabel 4

Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Hamil Berdasarkan Pekerjaan tentang Dampak Kafein Terhadap Kehamilan dan Janin

Pekerjaan	Pengetahuan						Jumlah	
	Kurang		Cukup		Baik		f	%
	f	%	f	%	f	%		
1. IRT	19	67	10	62	3	37	32	61
2. PNS	-	-	-	-	4	50	4	8
3. Swasta	7	25	6	37	1	12	14	27
4. Petani	2	7	-	-	-	-	2	4
Jumlah	26	100	18	100	8	100	52	100

Berdasarkan tabel 4 diatas dapat dilihat bahwa mayoritas ibu yang berpengetahuan kurang pada IRT sebanyak 19 orang (67%), dan minoritas berpengetahuan baik pada Wiraswasta sebanyak 1 orang (12%).

Tabel 5

Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Hamil Berdasarkan Pekerjaan tentang Dampak Kafein Terhadap Kehamilan dan Janin

Sumber Informasi	Pengetahuan						Jumlah	
	Kurang		Cukup		Baik		f	%
	f	%	f	%	f	%		
1. Langsung	10	35	9	60	7	77	26	50
2. Tidak Langsung	18	64	6	40	2	22	26	50
Jumlah	28	100	15	100	9	100	52	100

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa mayoritas ibu yang berpengetahuan kurang pada sumber informasi tidak langsung sebanyak 18 orang (64,29%), dan minoritas berpengetahuan baik pada sumber informasi tidak langsung sebanyak 2 orang (22,23%).

PEMBAHASAN

Pengetahuan Ibu Hamil tentang Dampak Kafein Terhadap Kehamilan dan Janin berdasarkan Umur mayoritas ibu berpengetahuan kurang, Hurlock (2002), mengatakan bahwa semakin cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan bekerja. Hal ini sebagai akibat pengalaman dan kematangan jiwanya.

Pengetahuan Ibu Hamil tentang Dampak Kafein Terhadap Kehamilan dan Janin berdasarkan Paritas mayoritas ibu yang berpengetahuan kurang, Menurut Sarwono (2005) bahwa paritas mempengaruhi terhadap kesehatan ibu hamil pada paritas 2-3 merupakan paritas yang paling aman.

Pengetahuan Ibu Hamil tentang Dampak Kafein Terhadap Kehamilan dan Janin berdasarkan Pendidikan mayoritas ibu yang berpengetahuan kurang. Sesuai dengan yang dikatakan oleh Notoatmodjo (2003) dalam bukunya bahwa pendidikan dapat

membentuk dan meningkatkan kemampuan manusia. Konsep dasar pendidikan adalah suatu proses belajar yang berarti bahwa didalam pendidikan terjadi proses pertumbuhan atau perkembangan kearah yang lebih baik (lebih pandai, lebih mampu dan lebih tahu).

Menurut penulis bahwa bukan sepenuhnya faktor utama penentu tingkat pengetahuan seseorang, karena kemampuan belajar dari diri sendirilah sebagai faktor utama pengetahuan seseorang. Jadi pendidikan juga bisa didapat secara informal, yaitu berupa informasi-informasi dari orang lain atau berupa pengalaman-pengalaman yang sudah memang dapat dibuktikan kebenarannya.

Pengetahuan Ibu Hamil tentang Dampak Kafein Terhadap Kehamilan dan Janin berdasarkan Sumber Informasi mayoritas ibu yang berpengetahuan kurang . Menurut Notoadmodjo (2007), mengatakan bahwa sumber informasi merupakan sarana untuk menyampaikan kesehatan digunakan untuk mempermudah penerimaan pesan-pesan kesehatan bagi masyarakat baik secara langsung maupun tidak langsung, di samping itu banyak faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang yaitu faktor internal dan eksternal. Menurut notoadmodjo (1997) faktor internal terdiri dari pendidikan, persepsi, motivasi dan pengalaman. Sedangkan faktor eksternal yang mempengaruhi terdiri dari lingkungan, informasi, budaya dan sosial ekonomi.

SIMPULAN

Pada penelitian ini masih kurangnya Pengetahuan ibu hamil tentang dampak kafein terhadap kehamilan dan janin baik dilihat dari umur, paritas, pendidikan, pekerjaan dan sumber informasi di Desa Sei Rotan Kecamatan

Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang.

DAFTAR PUSTAKA

Akmad, As. (2008). *Kehamilan Persalinan*. Cetakan 7. Yogyakarta: Digi Ossia Media.

American College of Obstetricians and Gynecologists (ACOG). (2005). *Your Pregnancy and Birth*, 4th edition ACOG, Washington,DC.

Anonim (2006). *Wanita dan pengaruh kafein*. Info Sehat, Situs Kesehatan Keluarga. www.infosehat.com.

Bracken, M.B.(2003). *Association of Maternal Caffeine Consumption with Decrements in Fetal Growth*. *American Journal of Epidemiology*, volume 157, pages 456-466.

Brock, Katie. (2007). *Nutrisi, Medikasi dan Senam Kehamilan*. Cetakan I. Jakarta: Prestasi Pustaka

Charlis, Anne. (2005). *Meningkatkan Kesuburan Untuk Kehamilan alami*. Jakarta: Erlangga

Cnatingus, S., et al. *Caffeine Intake and the Risk of First-Trimester Spontaneous Abortion*. *New England Journal of Medicine*, volume 343, number 25, pages 1839-1845.

Depkes (2006). Melawan dampak negative kafein. *Dalam Intisari*. Departemen Kesehatan Republik Indonesia. www.depkes.go.id.

Deptan (2001). Sanitary dan Phytosanitary Measures (SPS). Buletin Infomutu. *Departemen Pertanian*. Jakarta. infomutu@deptan.go.id

- Fatimah, Rajab Wahyudin. (2009). *Langkah Mudah Membuat Usulan Proposal Kti dan Laporan hasil KTI*. Jakarta: TIM
- Handerson, Christine. (2005). *Konsep Kebidanan*, Edisi I. Jakarta: EGC.
- Hidayat, A. (2009). *Metode Penelitian Kebidanan dan Tehnik Analisis Data*. Cetakan 3. Jakarta : Salemba Medika.
- Hurlock. (2003). *Psikologi Perkembangan*. Cetakan 5. Jakarta, Erlangga.
- Ihsan, Fuad. (2008). *Dasar-dasar Kependidikan*. Jakarta : Rineka cipta.
- Maharani, S. (2008). *Hamil Sehat Ala Ibu Cerdas*. Cetakan 3. Jogjakarta: Arr-ru Media Group.
- Mirza. Maulana. (2008). *Penyakit kehamilan dan Pengobatannya*. Cetakan I. Jogjakarta: Katahati.
- _____. (2008). *Cara Cerdas Menghadapi Kehamilan*. Cetakan 3. Jogjakarta: Katahati.
- Murkoff, Heidi. (2008). *Kehamilan*. Cetakan 3. Jakarta: Arcan.
- _____. (2007). *Hamilkah Saya ?*. Cetakan I. Jakarta: Arcan
- Notoatmodjo, S.(2007). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Prilaku*. Jakarta: Rineka Cipta.
- _____. (2005). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Cetakan 3. Jakarta: Rineka Cipta.
- _____. (2003). *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. (2002). *Metode Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Organization of Teratology Information Services (OTIS). Caffeine and Pregnancy. Updated Feb 2010.
- Prasetyono. (2009). *Menu Sehat Ibu Hamil*. Cetakan I. Jogjakarta: Diva Press.
- Putri, Allisa. (2009). *Panduan Cerdas Kehamilan*. Cetakan I, Yogyakarta: Genius Printika.
- Riduan. (2009). *Belajar Mudah Penelitian Untuk Guru dan Peneliti Pemula*. Bandung: Alfabeta.
- Reproductive Toxicology Center. Caffeine. Updated 10/04/2010, accessed 10/4/2010. Rose, Wende. (2008). *Perawatan Kehamilan*. Cetakan 7. Jakarta : Dian Rakyat.
- Rozanah, A. (2004). Kafein dan wanita. *Republika Online*. www.republika.co.id.
- Skidmore-Roth, L. Guarana, in Mosby's Handbook of Herbs and Natural Supplements, 2nd edition. St. Louis, Missouri, Mosby, 2004, pages 486-489.
- Soetjiningsih,(2004). *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Yakarta : CV. Sagung Seto.
- Suririnah. (2009). *Buku Pintar Kehamilan dan Persalinan*. Cetakan 3. Jakarta: Gramedia.

Teguh. (2009). *Kafein Terbesar resiko keguguran*, [http : // www. Gizi net/cgibin/berita/full news cgi?](http://www.Gizinet/cgibin/berita/fullnews.cgi?).

Varney, Helen. (2006). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan. Volume I*. Jakarta : EGC

Wahyuni, T. (2005). Kafein versus kehamilan. *Suara Karya Online*. [www.your company.com](http://www.yourcompany.com)

Whally, Janet. (2008). *Kehamilan dan Persalinan*. Cetakan 2. Jakarta: Buana Ilmu.