

Hubungan Kepatuhan Mengkonsumsi Tablet Zat Besi (Fe) Dengan Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Bumi Makmur

Heldawati^{1*}, Frani Mariana², Novalia Widiya Ningrum³, Susanti Suhartati⁴

^{1,2,3,4} Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Sari Mulia

Open Access Freely Available Online

Dikirim: 27 Agustus 2026

Direvisi: 30 Agustus 2026

Diterima: 31 Agustus 2026

*Penulis Korespondensi:

E-mail:

Aqilmuhamad14@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Anemia pada ibu hamil cenderung disebabkan oleh kurangnya asupan zat besi dan peningkatan kebutuhan fisiologis selama kehamilan. Risiko anemia pada ibu hamil sebesar 2,9 kali lebih tinggi pada ibu hamil dengan status gizi yang kurang baik dibandingkan dengan ibu hamil dengan status gizi yang baik. Penyebab anemia pada ibu hamil adalah rendahnya kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet Fe. **Tujuan:** Mengetahui hubungan kepatuhan mengonsumsi tablet zat besi (Fe) dengan anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Bumi Makmur. **Metode:** Penelitian ini adalah jenis survei analitik dengan pendekatan cross-sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester II-III di bulan Desember sebanyak 35 orang, dan sampel dalam penelitian ini menggunakan total *sampling* 35 orang. Dalam penelitian ini menggunakan uji *chi square*. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu yang tidak patuh mengonsumsi tablet Fe dengan anemia sebanyak 14 orang (40%) dan yang tidak anemia sebanyak 5 orang (14,3%), sedangkan ibu yang patuh mengonsumsi tablet Fe dengan tidak anemia sebanyak 12 orang (34,3%) dan yang anemia sebanyak 4 orang (11,4%), dan dilakukan dengan menggunakan uji *chi square* didapatkan hasil *P value* 0,004 yang artinya $0,000 < 0,05$. **Simpulan:** adanya hubungan kepatuhan mengonsumsi tablet Fe dengan anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Bumi Makmur serta diharapkan agar petugas kesehatan agar lebih banyak memberikan edukasi tentang pentingnya mengonsumsi tablet tambah darah, serta cara mengonsumsinya yang benar.

Kata kunci: anemia, ibu hamil, Kepatuhan

ABSTRACT

Background: Anemia in pregnant women tends to be caused by insufficient iron intake and increased physiological needs during pregnancy. The risk of anemia in pregnant women with poor nutritional status is 2.9 times higher compared to pregnant women with good nutritional status. The cause of anemia in pregnant women is low compliance with iron tablet consumption. **Objective:** To determine the relationship between compliance with iron (Fe) tablet consumption and anemia in pregnant women in the Bumi Makmur Community Health Center work area. **Method:** This study was an analytical survey with a cross-sectional approach. The population in this study was all pregnant women in their second and third trimesters in December, totaling 35 women. The sample size was 35 women. The chi-square test was used in this study. **Results:** The study showed that 14 mothers with anemia were non-compliant with iron tablet consumption and 5 were non-anemic. Meanwhile, 12 mothers with non-anemic and 4 were non-anemic. A chi-square test yielded a *P-value* of 0.004, meaning $0.000 < 0.05$. **Conclusion:** There is a relationship between iron tablet compliance and anemia among pregnant women in the Bumi Makmur Community Health Center work area. It is hoped that health workers will provide more education on the importance of iron tablet consumption and the correct method.

Keywords: anemia, pregnant women, compliance

PENDAHULUAN

Indikator dari derajat kesehatan Masyarakat adalah Angka Kematian Ibu (AKI). Kematian ibu dalam indikator ini diartikan sebagai seluruh kematian selama periode kehamilan,

persalinan, nifas. Salah satu prioritas disektor kesehatan dalam SDGs yaitu mengurangi AKI hingga 70 per 100.000 KH. Upaya percepatan untuk penurunan AKI dilakukan dengan menjamin

agar setiap ibu dapat mengakses pelayanan kesehatan yang berkualitas (Yazah et al., 2023)

Kehamilan adalah fertilisasi atau penyatuan dari spermatozoa dan ovum dan dilanjutkan dengan nidasi atau implantasi. Bila dihitung dari saat fertilisasi sampai lahirnya bayi. Kehamilan normal akan berlangsung dalam waktu 40 minggu atau 10 bulan atau 9 bulan menurut kalender internasional. Selama kehamilan ibu biasanya akan mengalami perubahan fisiologis dan psikologis dalam dirinya, sehingga selama masa kehamilan ibu membutuhkan perhatian khusus karena ibu cenderung memiliki resiko yang sifatnya dinamis, ibu yang semula normal tiba-tiba beresiko tinggi. Salah satu Tindakan dalam menghadapi perubahan ibu selama kehamilan adalah dengan melakukan pemeriksaan kehamilan *Antenatal Care* (ANC) (Widya & Harahap, 2024)

ANC merupakan pemeriksaan kehamilan di tempat pelayanan kesehatan yang dilakukan untuk memeriksa kondisi ibu dan kehamilannya secara bertahap. Pemeriksaan ini dilakukan sebagai Upaya untuk mencegah terjadinya komplikasi kehamilan dan persalinan. Pemeriksaan ANC dianjurkan paling sedikit empat kali kunjungan ibu hamil melakukan pemeriksaan selama kehamilan. Pelayanan ANC digunakan sebagai pemilihan awal kondisi kehamilan beresiko tinggi seperti anemia. Anemia merupakan suatu keadaan dengan kadar hemoglobin kurang dari normal (Nurul, 2024).

Anemia pada ibu hamil cenderung disebabkan oleh kurangnya asupan zat besi dan peningkatan kebutuhan fisiologis selama kehamilan. Anemia dalam kehamilan diketahui apabila konsentrasi hemoglobin dalam darah < 11 gr/dl. Anemia yang terjadi pada ibu hamil adalah anemia defisiensi besi. Zat besi berfungsi untuk menjaga fungsi sel yang berikatan antara hemoglobin dengan membawa oksigen ke jaringan melalui peredaran darah. Kebutuhan zat besi ibu hamil meningkat dua kali lipat dari sebelum hamil. Anemia pada ibu hamil dapat berdampak pada ibu dan janin, termasuk risiko depresi pascapersalinan, perdarahan pasca-persalinan, serta peningkatan risiko infeksi. Bagi janin, dampaknya bisa berupa lahir prematur, berat badan lahir rendah (BBLR), anemia saat lahir, dan bahkan kematian janin. (Agustin, 2023).

Resiko anemia pada ibu hamil sebesar 2,9 kali lebih tinggi dengan status gizi ibu hamil yang kurang baik dibandingkan dengan ibu hamil dengan status gizi yang baik. Status gizi yang buruk dapat menyebabkan kekurangan energi kronik (KEK) dimana akan mempengaruhi dari kehamilan, persalinan, nifas serta bayi yang

dilahirkan. Semakin rendah status gizi ibu hamil akan semakin meningkat pula resiko terjadinya anemia. Bila makanan yang dikonsumsi memiliki nilai gizi yang baik maka status gizi juga akan baik (Yosi, 2024).

Ibu hamil merupakan kelompok sasaran yang harus mendapatkan perhatian khusus, karena ibu hamil sangat rentan untuk masalah gizi. Salah satu gizi yang rentan adalah anemia. Anemia pada ibu hamil adalah suatu keadaan dimana ibu memiliki kadar hemoglobin kurang dari $11 \text{ gr\%}$ pada trimester pertama dan ketiga atau konsentrasi hemoglobin $< 10,5 \text{ gr\%}$ pada trimester kedua. Efek anemia pada ibu hamil pada janin antara lain keguguran, kematian intrauterine, kelahiran premature, berat badan lahir rendah, cacat lahir dan kerentanan terhadap infeksi (Yazah et al., 2023).

Penyebab anemia pada ibu hamil adalah rendahnya kepatuhan ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet Fe. Ketidakpatuhan ibu hamil dalam konsumsi tablet Fe dapat mencerminkan seberapa besar ibu hamil akan terkena anemia. Kepatuhan dalam mengkonsumsi tablet Fe dapat disebabkan kurangnya dukungan dari suami, kurangnya kesadaran terhadap pentingnya mengkonsumsi tablet Fe, dan efek samping yang ditimbulkan setelah mengkonsumsi tablet Fe. Semakin baik kepatuhan ibu dalam mengkonsumsi tablet Fe maka akan semakin baik pencegahan anemia sehingga risiko anemia dapat dicegah, sedangkan ibu hamil yang kurang patuh mengkonsumsi tablet Fe asupan gizi besinya lebih rendah sehingga memiliki risiko anemia (Puspita Andini, 2022).

Penelitian yang dilakukan oleh Wulandari 2021 menemukan bahwa mengkonsumsi tablet tambah darah secara teratur selama satu bulan atau 30 tablet dapat meningkatkan Hb sebesar 1 gram dan menurunkan sebesar 73% Tingkat anemia pada ibu hamil. Kadar hemoglobin ibu hamil terkait erat dengan kepatuhan terhadap tablet tambah darah semakin patuh ibu hamil terhadap tablet tambah darah, maka semakin tinggi kadar hemoglobin ibu hamil (Ayu Gusti, 2023).

Prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia di tahun 2025 diperkirakan tetaptinggi, berkisar antara 13,27% hingga 80,8% dengan rata-rata 44,1%. Berapa studi menunjukkan bahwa sekitar 48,9% wanita hamil mengalami anemia. Jumlah ibu hamil di provinsi Kalimantan Selatan tahun 2024 sebanyak 67.890 orang dimana terdapat jumlah ibu hamil yang mengalami anemia sebanyak 12.904 orang atau 12,87% sedangkan prevalensi anemia pada ibu hamil di Kabupaten tanah laut sendiri tahun 2024 tidak disebutkan

secara spesifik jumlah kejadiannya, namun wilayah Puskesmas Bumi Makmur melaporkan kasus anemia yang tinggi urutan ke 9 dari 22 puskesmas yaitu sebesar 50% dari total ibu hamil di wilayah tersebut (Ayu Gusti, 2023).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Bumi Makmur pada bulan Agustus 2025 menunjukkan data jumlah ibu hamil dalam 3 bulan terakhir yaitu dari bulan Juni – Agustus 2025 sebanyak 154 ibu hamil, namun ibu hamil yang mengalami anemia pada bulan Agustus 2025 sebanyak 33 ibu hamil. Dari hasil diskusi pada 10 ibu hamil mengenai mengkonsumsi tablet Fe, 8 ibu hamil tidak rutin minum tablet Fe, hal ini dikarenakan ibu sering merasa mual jika minum tablet Fe dan lupa untuk mengkonsumsi tablet Fe. Berdasarkan latar belakang itulah yang mendasari untuk mengambil judul mengenai “Hubungan Kepatuhan Mengonsumsi tablet Fe Dengan Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Bumi Makmur”

METODE

Penelitian ini adalah jenis survey analitik dengan pendekatan *cross sectional*. populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester II-III di Wilayah Kerja Puskesmas Bumi Makmur dibulan Agustus sebanyak 35 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah ibu hamil trimester II-III dengan jumlah 35 orang

HASIL

Analisis Univariat bertujuan untuk menganalisis variabel penelitian berdasarkan kategori yang ditentukan. Pengelolaan data dilakukan secara manual dan dimasukkan dalam tabel untuk mengetahui distribusi tiap variabel yaitu Hubungan Kepatuhan Mengonsumsi tablet Fe Dengan Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Bumi Makmur

Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe

Tabel 1
Distribusi frekuensi berdasarkan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe

No	Kepatuhan	Frekuensi	Persentase (%)
1	Tidak patuh (<50%)	19	54,3
2	Patuh $\geq 50\%$	16	45,7
Jumlah		35	100

Pada tabel 1 menunjukkan bahwa yang yang tidak patuh mengonsumsi tablet Fe sebanyak 19 orang (54,3%) sedangkan yang patuh sebanyak 16 orang (45,7%)

Anemia

Tabel 2
Distribusi frekuensi berdasarkan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe

No	Kepatuhan	Frekuensi	Persentase (%)
1	Anemia	18	51,4
2	Tidak anemia	17	48,6
Jumlah		35	100

Pada tabel 2 menunjukkan bahwa ibu yang mengalami anemia sebanyak 18 orang (51,4%) sedangkan ibu yang tidak mengalami anemia sebanyak 17 orang (48,6).

Analisis Bivariat

Analisis bivariat bertujuan untuk menganalisis hubungan antara variabel penelitian. Variabel independen yaitu kepatuhan mengonsumsi tablet Fe dan variabel dependen yaitu anemia pada ibu hamil, kemudian dianalisis dan diolah secara statistik dengan menggunakan uji chi square untuk mengetahui hubungan kepatuhan mengonsumsi tablet Fe dengan anemia pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Bumi Makmur.

Tabel 3
Analisis Kepatuhan Mengonsumsi tablet Fe Dengan Anemia Pada Ibu Hamil

Kepatuhan	Anemia		Total	Nilai P-Value
	Anemia (%)	Cepat < 6 hari		
Tidak patuh (<50%)	14 (40%)	5 (14,3%)	19 (54,3%)	0,01
Patuh $\geq 50\%$	4 (11,4%)	12 (34,3%)	16 (45,7%)	
Total	18 (51,4%)	17 (48,6%)	100	

Didapatkan hasil bahwa ibu yang tidak patuh mengonsumsi tablet Fe dengan anemia sebanyak 14 orang dan yang tidak anemia sebanyak 5 orang, sedangkan ibu yang patuh mengonsumsi tablet Fe dengan tidak anemia sebanyak 12 orang dan yang anemia sebanyak 4 orang. Berdasarkan uji *chi square* menunjukkan

hasil bahwa *p value* pada adalah 0,004 atau $< 0,05$ yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada Hubungan Kepatuhan Mengonsumsi tablet Fe Dengan Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Bumi Makmur

PEMBAHASAN

Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 35 orang responden, didapatkan bahwa yang tidak patuh mengonsumsi tablet Fe sebanyak 19 orang (54,3%), sedangkan yang patuh sebanyak 16 orang (45,7%). Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Intan nurul tahun 2023 yang menyatakan bahwa ibu yang patuh mengonsumsi tablet Fe sebanyak 44 orang sedangkan yang tidak patuh sebanyak 56 orang. Tingkat kepatuhan responden dalam konsumsi tablet Fe menunjukkan bahwa sebagian besar berada pada kategori tidak patuh. Kepatuhan konsumsi tablet besi merupakan perilaku yang memengaruhi kesehatan ibu hamil. Salah satu faktor yang dapat memengaruhi perilaku adalah faktor predisposisi (pengetahuan, sikap, kepercayaan, keyakinan, dan nilai-nilai). Tidak terdapat perbedaan usia yang bermakna antara kedua kelompok tersebut. Semakin tua umur seseorang, proses perkembangan mentalnya meningkat, akan tetapi daya ingat dan penerimaannya menurun sehingga semakin mudah lupa (Nurul, 2024).

Kebutuhan zat besi meningkat pada masa kehamilan dan tidak dapat dipenuhi secara adekuat hanya dengan mengonsumsi makanan saja, sehingga apabila simpanan zat besi rendah atau penyerapan zat besi yang hanya sedikit, akan mengakibatkan penurunan kadar hemoglobin di dalam darah yang dapat menyebabkan terjadinya anemia. Pemberian tablet tambah darah merupakan salah satu program yang tepat untuk pencegahan anemia seperti pemberian tablet Fe. Zat besi atau Fe merupakan mikro elemen esensial yang dibutuhkan oleh tubuh untuk pembentukan hemoglobin. Tablet Fe mengandung 200 mg ferrous sulfate dan 0,25 mg asam folat yang dianjurkan untuk dikonsumsi minimal 90 tablet dengan dosis 1 tablet perhari selama kehamilan (Nurul, 2024). Peningkatan dari kebutuhan zat besi selama kehamilan ini dimaksudkan untuk memasok kebutuhan janin (pertumbuhan memerlukan banyak zat besi), pertumbuhan plasenta, dan peningkatan volume darah ibu. Ibu hamil perlu menambahkan sekitar 35 mg zat besi dalam diet karena kebutuhan zat besi selama hamil tidak dapat dipenuhi hanya dari makanan. Suplementasi zat besi perlu diberikan kepada seluruh ibu hamil termasuk ibu yang bergizi baik. Peningkatan ini dapat terpenuhi dari cadangan zat besi, serta peningkatan adaptif jumlah presentase zat besi. Jika cadangan besi sangat sedikit sedangkan kandungan dan serapan zat besi dari

makanan sedikit, pemberian suplementasi pada masa-masa ini sangat penting (Agustin, 2023)

Ketidakpatuhan ibu hamil yang tidak patuh minum tablet Fe dapat dipengaruhi oleh efek samping yang kurang nyaman dirasakan oleh ibu ketika minum tablet Fe, seperti mual, muntah, kram lambung, nyeri ulu hati dan konstipasi. Efek samping yang tidak bisa diterima ibu hamil menyebabkan ketidakpatuhan dalam pemakaian obat. Tablet zat besi sebagai suplementasi yang diberikan pada ibu hamil menurut aturan harus dikonsumsi setiap hari. Adapun berbagai faktor yang dapat mempengaruhi seperti pengetahuan, sikap, dukungan keluarga dan tenaga kesehatan terhadap kepatuhan mengonsumsi tablet Fe pada ibu hamil seringkali terjadi ketidakpatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet zat besi tersebut. Hal ini dapat mengakibatkan tujuan dari pemberian tablet zat besi tidak tercapai (Agustin, 2023).

Menurut pendapat peneliti dilapangan beberapa responden yang tidak patuh mengonsumsi tablet Fe mengatakan bahwa jika mengonsumsi tablet Fe yang diberikan petugas kesehatan membuat ibu mual dan ingin muntah, sering merasa pusing dan baunya tidak enak sehingga tablet Fe yang diberikan tidak habis dimakan. Hasil penelitian ini sejalan dengan pendapat Carpenito (2023), menunjukkan bahwa ketidak patuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet Fe sering disebabkan oleh bau dari tablet Fe yang sering membuat mual dan muntah sehingga ibu hamil enggan untuk mengkonsumsinya (Nurul, 2024)

Anemia pada ibu hamil

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan kepada 35 orang responden didapatkan bahwa ibu yang mengalami anemia sebanyak 18 orang (51,4%) sedangkan ibu yang tidak mengalami anemia sebanyak 17 orang (48,6%). Banyaknya ibu mengalami anemia dapat disebabkan masih kurangnya pengetahuan ibu mengenai anemia serta caramengonsumsi tablet Fe, ibu yang tidak suka dengan rasa dari tablet Fe membuat ibu enggan untuk mengonsumsi tablet Fe setiap hari. Hal ini sejalan dengan penelitian Yulianah tahun 202 yang didapatkan hasil ibu yang mengalami anemia sebanyak 26 orang dan yang tidak anemia sebanyak 24 orang. Anemia pada kehamilan menyebabkan meningkatnya frekuensi komplikasi kehamilan dan persalinan, resiko kematian maternal, angka prematuritas, BBLR dan angka kematian perinatal meningkat. Juga beresiko terhadap perdarahan antepartum dan postpartum.

Kemungkinan besar anemia pada ibu hamil mengalami banyak gangguan seperti mudah pingsan, mudah keguguran atau proses melahirkan berlangsung lama akibat kontraksi yang tidak bagus (Nurul, 2024).

Departemen Kesehatan telah melaksanakan program penanggulangan anemia gizi besi dengan membagikan tablet besi atau tablet tambah darah kepada ibu hamil sebanyak 1 tablet setiap hari berturut-turut selama 90 hari selama masa kehamilan. Agar penyerapan besi dapat maksimal, dianjurkan minum tablet zat besi dengan air minum yang sudah dimasak. Dengan minum tablet Fe, maka tanda-tanda kurang darah akan menghilang (Nurul, 2024).

Cara mencegah terjadinya anemia dalam kehamilan dapat dilakukan dengan cara meningkatkan konsumsi makanan bergizi, menambah pemasukan zat besi ke dalam tubuh dengan minum Tablet Tambah Darah (TTD), mengobati penyakit yang menyebabkan atau memperberat anemia seperti kecacingan, malaria dan penyakit TBC. Anemia defisiensi besi bisa dicegah dengan memelihara keseimbangan antara asupan Fe dengan kebutuhan dan kehilangan Fe. Suplementasi Fe adalah salah satu strategi untuk meningkatkan intake Fe yang berhasil hanya jika individu mematuhi aturan konsumsinya. Tablet tambah darah adalah tablet besi folat yang setiap tablet mengandung 200 mg ferro sulfat dan 0,25 mg asam folat. Wanita yang sedang hamil dan menyusui, kebutuhan zat besinya sangat tinggi sehingga perlu dipersiapkan sedini mungkin semenjak remaja. Untuk ibu hamil, minumlah 1 (satu) tablet tambah darah paling sedikit selama 90 hari masa kehamilan dan 40 hari setelah melahirkan (Agustin, 2023).

Kebutuhan zat besi pada wanita juga meningkat saat hamil dan melahirkan. Ketika hamil, seorang ibu tidak saja dituntut memenuhi kebutuhan zat besi untuk dirinya, tetapi juga harus memenuhi kebutuhan zat besi untuk pertumbuhan janinnya. Selain itu perdarahan saat melahirkan juga dapat menyebabkan seorang ibu kehilangan lebih banyak lagi zat besi. Karena alasan tersebut, setiap ibu hamil disarankan mengonsumsi tablet zat besi. Anemia yang tidak diatasi membahayakan ibu hamil dan janin yang dikandungnya. Menurut teori, bahwa pengaruh anemia dalam kehamilannya dapat menyebabkan abortus, hambatan tumbuh kembang, mudah terjadi indeksi, ancaman dekompensasi kordis, ketuban pecah dini, persalinan ante partum. Selain itu membahayakan pada masa kehamilan, anemia juga bahaya pada saat persalinan dan kala nifas, sehingga sangat

penting pemenuhan zat besi pada ibu hamil untuk menghindari anemia (Nurul, 2024).

Menurut asumsi peneliti, bahwa anemia dapat terjadi pada ibu hamil, karena itulah kejadian ini harus selalu diwaspadai. Kejadian anemia pada ibu hamil harus selalu diwaspadai mengingat anemia dapat meningkatkan risiko kematian ibu, angka prematuritas, BBLR dan angka kematian bayi. Untuk mengenali kejadian anemia pada kehamilan, seorang ibu harus mengetahui gejala anemia pada ibu hamil, yaitu cepat lelah, sering pusing, mata berkunang-kunang, malaise, lidah luka, nafsu makan turun (anoreksia), konsentrasi hilang dan nafas pendek ((Nurul, 2024) Hubungan Kepatuhan Mengonsumsi tablet Fe Dengan Anemia Pada Ibu Hamil.

Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa ibu yang tidak patuh mengonsumsi tablet Fe dengan anemia sebanyak 14 orang dan yang tidak anemia sebanyak 5 orang, sedangkan ibu yang patuh mengonsumsi tablet Fe dengan tidak anemia sebanyak 12 orang dan yang anemia sebanyak 4 orang. Berdasarkan uji chi square menunjukkan hasil bahwa p value pada adalah 0,004 atau $< 0,05$ yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada Hubungan Kepatuhan Mengonsumsi tablet Fe Dengan Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Bumi Makmur.

Hasil ini sejalan dengan Andini tahun 2022 yang menyebutkan bahwa adanya hubungan antara kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Kelurahan Semper Barat Jakarta Utara. Nilai probabilitas yang didapatkan dari uji chi square menunjukkan nilai sebesar $0,001 < 0,05$ yang berarti hipotesis diterima, sehingga terdapat hubungan antara kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Kelurahan Semper Barat Jakarta Utara. Kepatuhan mengonsumsi tablet Fe tidak dapat dipisahkan dengan kejadian anemia pada ibu hamil.

Dalam penelitian ini, terdapat responden yang patuh mengonsumsi tablet Fe, namun tetap mengalami anemia. Hal ini dikarenakan asupan gizi ibu yang kurang, selain itu kesibukan ibu bekerja membuat ibu mudah lelah dan akhirnya akan membuat ibu mengalami anemia walaupun ibu mengonsumsi tablet Fe. Selain itu, ibu mematuhi mengonsumsi tablet Fe 90 butir selama kehamilan, tetapi cara meminumnya yang tidak benar, yaitu meminumnya dengan kopi, teh atau susu tentunya akan membuat tablet Fe tidak terserap secara maksimal sehingga anemia pada ibu hamil pun menjadi tidak dapat dihindarkan.

Ditambah lagi beberapa ibu juga mengalami kehamilan dengan kondisi mual muntah yang berlebihan sehingga memiliki fisik yang sangat lemah. Jadi walaupun mengkonsumsi tablet zat besi, tetapi dengan kondisi yang demikian, kadar Hb ibu masih masuk dalam kategori anemia ringan (Agustin, 2023).

Suplementasi Fe adalah salah satu strategi untuk meningkatkan intake Fe yang berhasil hanya jika individu mematuhi aturan konsumsinya. Banyak faktor yang mendukung rendahnya tingkat kepatuhan tersebut, seperti individu sulit mengingat aturan minum setiap hari, minimnya dana untuk membeli suplemen secara teratur, dan efek samping yang tidak nyaman dari Fe, contohnya gangguan lambung. Bentuk strategi lain yang digunakan untuk meningkatkan kepatuhan mengkonsumsi Fe adalah melalui pendidikan (pengetahuan) tentang pentingnya suplementasi Fe dan efek samping akibat minum (Agustin, 2023).

Dalam penelitian ini juga ditemukan ibu hamil yang tidak patuh dalam mengkonsumsi tablet Fe tetapi ada 5 orang yang tidak anemia. Hal ini dikarenakan asupan makanan yang mengandung zat besi cukup dikonsumsi ibu selama hamil yang dapat mendukung tersedianya zat besi selama kehamilan di dalam tubuhnya dan menghindari ibu dari terjadinya anemia selama kehamilan (Susanti & Herdiana, 2019). Jadi selain mengkonsumsi tablet tambah darah selama kehamilan, konsumsi makanan yang banyak mengandung zat besi juga penting untuk ibu hamil. Makan makanan yang banyak mengandung zat besi dari bahan makanan hewani (daging, ikan, ayam, hati, telur) dan bahan makanan nabati (sayuran berwarna hijau tua, kacang-kacangan, tempe). Makan sayur-sayuran dan buah-buahan yang banyak mengandung vitamin C (daun katuk, daun singkong, bayam, jambu, tomat, jeruk dan nanas) sangat bermanfaat untuk meningkatkan penyerapan zat besi dalam usus (Agustin, 2023).

Ketidakpatuhan ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet Fe memberikan peluang lebih besar untuk terkena anemia. Ibu yang patuh mengkonsumsi tablet Fe tidak mengalami anemia dan janin sejahtera, tetapi jika ibu hamil tidak patuh mengkonsumsi tablet Fe akan beresiko mengalami anemia lebih tinggi. Hasil kajian WHO menyebutkan bahwa ibu hamil yang mendapatkan suplementasi zat besi memiliki kadar hemoglobin yang lebih tinggi dibandingkan yang tidak. Dampak yang paling nyata pada ibu yang mengkonsumsi zat besi di trimester satu kehamilan dapat menurunkan risiko kematian bayi dibandingkan pada trimester kedua. Pencegahan

dan penatalaksanaan anemia dapat dilakukan dengan pemberian suplementasi zat besi selama kehamilan. Hal ini memberikan gambaran kebutuhan zat besi meningkat yang tidak hanya tercukupi dengan pola diet sehingga perlu adanya suplementasi besi selama kehamilan. Kepatuhan minum suplementasi Fe memberi keuntungan bagi ibu hamil, sehingga penambahan zat besi secara teratur sangat diperlukan, untuk mencegah hal-hal tidak diinginkan (Putri, 2018).

Menurut asumsi peneliti bahwa semakin patuh seorang ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet Fe selama kehamilan, maka semakin kecil ibu hamil tersebut mengalami anemia dalam kehamilan. Namun sebaliknya, semakin tidak patuh seorang ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet Fe selama kehamilan, maka kejadian anemia dalam kehamilan akan semakin meningkat (Agustin, 2023).

SIMPULAN

Adanya hubungan kepatuhan mengonsumsi tablet Fe dengan anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Bumi Makmur serta diharapkan agar petugas kesehatan agar lebih banyak memberikan edukasi tentang pentingnya mengonsumsi tablet tambah darah, serta cara mengonsumsinya yang benar.

REFERENSI

- Agustin, N. (2023). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan Ibu Hamil Dalam Mengonsumsi Tablet Fe Di Wilayah Puskesmas Lingkar Timur*.
- Ayu Gusti. (2023). *Gambaran Kepatuhan Ibu Hamil Dalam Mengonsumsi Tablet Zat Besi Di Wilayah Upt Puskesmas Tampaksiring I. INSTITUT TEKNOLOGI DAN KESEHATAN BALI*.
- Nurul, intan. (2024). *INTAN NURUL IZZAH_170610088_Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Besi (Fe) Di Puskesmas Banda Sakti Kota Lhokseumawe. UNIVERSITAS MALIKUSSALEH LHOKSEUMAWA*.
- Puspita Andini. (2022). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Anemia, Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe, Dan Status Kekurangan Energi Kronis (Kek) Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Kelurahan Semper Barat Jakarta Utara*.
- Putri, E. (2018). *Hubungan Pengetahuan Dan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Ibu Hamil Mengonsumsi Tablet Zat Besi Di*

Wilayah Kerja Puskesmas Padang Serai Kota Bengkulu Tahun 2018. Politeknik Kesehatan Republik Indonesia.

Susanti, E., & Herdiana, D. (2019). Pengaruh Senam Hamil Terhadap Durasi Tidur Ibu Hamil Trimester Iii. *Jurnal Kesehatan*, 353–360.

Widya, S., & Harahap, A. (2024). *Pengaruh Edukasi Konsumsi Tablet Fe Terhadap Kepatuhan Ibu Hamil Dalam Mengonsumsi Tablet Fe Selama Kehamilan Di Puskesmas Batunadua*.

Yazah, V. F., Rahman, G., & Lushinta, L. (2023). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Penajam. *Midwifery Care Journal*, 4(3), 93–98. <https://doi.org/10.31983/micajo.v4i3.9516>

Yosi, I. (2024). *Hubungan Motivasi Dengan Kepatuhan Minum Tablet Zat Besi (Fe) Pada Ibu Hamil Yang Anemia Di Puskesmas Pertiwi Makassar*.