

JURNAL SKRIPSI

**KEPATUHAN MENGKONSUMSI TABLET ZAT BESI DENGAN
KEJADIAN ANEMIA PADA IBU HAMIL TRIMESTER III
DI PUSKESMAS PUNUNG KABUPATEN PACITAN
TAHUN 2025**



**LILIK MUJIATI
NIM 2325201015**

**PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MAJAPAHIT
MOJOKERTO
2025**

PERNYATAAN

Dengan ini kami selaku Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit Mojokerto :

Nama : Lilik Mujiati

NIM : 2325201015

Program Studi : S1 Kebidanan

Setuju/tidak-setuju*) naskah jurnal ilmiah yang disusun oleh yang bersangkutan setelah mendapat arahan dari Pembimbing, dipublikasikan **dengan/tanpa*)** mencantumkan nama tim pembimbing sebagai coauthor.

Demikian harap maklum.

Mojokerto, 25 Februari 2025



Lilik Mujiati

NIM 2325201015

Mengetahui,

Pembimbing 1



Zulfa Rufaida, S.Keb BD., M.Sc., M.Keb
NIK. 220 250 121

Pembimbing 2



Fitria Edni Wari, S.Keb BD., M.Keb
NIK. 220 250 165

HALAMAN PENGESAHAN

JURNAL SKRIPSI

KEPATUHAN MENGONSUMSI TABLET ZAT BESI DENGAN
KEJADIAN ANEMIA PADA IBU HAMIL TRIMESTER III
DI PUSKESMAS PUNUNG KABUPATEN PACITAN
TAHUN 2025



LILIK MUJIATI
NIM 2325201015

Pembimbing 1

Zulfa Rufaída, S.Keb BD., M.Sc., M.Keb
NIK. 220 250 121

Pembimbing 2

Fitria Edni Wari, S.Keb BD., M.Keb
NIK. 220 250 165

**KEPATUHAN MENGKONSUMSI TABLET ZAT BESI DENGAN
KEJADIAN ANEMIA PADA IBU HAMIL TRIMESTER III
DI PUSKESMAS PUNUNG KABUPATEN PACITAN
TAHUN 2025**

Lilik Mujiati

Mahasiswa Program Studi S1 Ilmu Kebidanan STIKES Majapahit

Email : lilikm.puskesmaspunung@gmail.com

Zulfa Rufaida, S.Keb BD., M.Sc., M.Keb

Pembimbing I Program Studi S1 Ilmu Kebidanan STIKES Majapahit

Email : zulfarufaida@gmail.com

Fitria Edni Wari, S.Keb BD., M.Keb

Pembimbing II Program Studi S1 Ilmu Kebidanan STIKES Majapahit

Email : fitriedni@gmail.com

ABSTRAK

Agar tidak meningkatnya angka kejadian anemia, maka ibu hamil harus mendapat asupan 90 tablet zat besi. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui kepatuhan mengkonsumsi tablet zat besi dengan kejadian anemia pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Punung Kabupaten Pacitan Tahun 2025. Penelitian ini menggunakan desain penelitian analitik korelasi dengan menggunakan metode pendekatan *cross sectional research*. Sampel pada penelitian ini 141 responden ibu hamil trimester III, teknik pengambilan sampel pada penelitian ini dengan Teknik *random sampling* menggunakan uji statistik *Chi-Square*. Sebagian besar responden berumur 20-35 tahun (88%). Lebih dari setengahnya responden berpendidikan SMA (74,5%). Sebagian besar responden pekerjaannya Ibu Rumah Tangga (81,6%) Kepatuhan mengkonsumsi tablet zat besi Sebagian besar responden patuh sebanyak (85%). Kejadian anemia sebagian besar tidak anemia (85%). Hasil analisa uji statistik dengan menggunakan *Fisher's Exact Test* didapatkan *p-value* <.001. Ada hubungan kepatuhan mengkonsumsi tablet zat besi dengan kejadian anemia pada Ibu hamil trimester III di Puskesmas Punung Kabupaten Pacitan Tahun 2025. Diharapkan untuk tenaga Kesehatan untuk tetap mempertahankan, meningkatkan kompetensi terutama tentang komunikasi informasi dan edukasi melalui penyuluhan atau seminar di puskesmas khususnya tentang pentingnya ibu hamil mengkonsumsi tablet zat besi. Lain dari pada itu dukungan keluarga juga diperlukan agar ibu hamil lebih semangat serta termotivasi dalam menjaga kesehatan dirinya.

Kata Kunci : Kepatuhan, Tablet Zat Besi, Anemia.

ABSTRACT

In order not to increase the incidence of anemia, pregnant women must receive 90 iron tablets. The aim of this study was to determine compliance with consuming iron tablets and the incidence of anemia in pregnant women in the third trimester at the Punung Community Health Center, Pacitan Regency in 2025. This research uses a correlation analytical research design using a cross sectional research approach. The sample in this study was 141 respondents from pregnant women in the third trimester. The sampling technique in this study was random sampling using the Chi-Square statistical test. Most respondents were aged 20-35 years (88%). More than half of the respondents had a high school education (74.5%). Most of the respondents' occupations are housewives (81.6%) Compliance with taking iron tablets Most of the respondents are compliant (85%). The majority of cases of anemia are non-anemic (85%). The results of statistical test analysis using Fisher's Exact Test showed p -value $<.001$. There is a relationship between adherence to consuming iron tablets and the incidence of anemia in pregnant women in the third trimester at the Punung Community Health Center, Pacitan Regency in 2025. It is hoped that health workers will continue to maintain and increase competence, especially regarding information communication and education through counseling or seminars at community health centers, especially regarding the importance of pregnant women consuming iron tablets. Apart from that, family support is also needed so that pregnant women are more enthusiastic and motivated in maintaining their health.

Keywords: *Compliance, Iron Tablets, Anemia.*

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan proses yang diawali dengan pertemuan sel telur dan sel sperma di dalam ovarium wanita, setelah itu terjadi penempelan atau implantasi di dalam rahim, pembentukan plasenta, dan pertumbuhan serta perkembangan konsepsi sampai lahir. Dalam masa kehamilan wanita hamil sangat memerlukan asupan nutrisi baik dari makanan maupun dari suplement zat besi (Fe). Kepatuhan mengonsumsi suplement zat besi sangat berpengaruh kepada kesehatan wanita hamil dan janinya.

Anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat terbesar di dunia terutama bagi kelompok wanita usia reproduksi. Bagi ibu hamil, anemia berperan pada peningkatan prevalensi kematian dan kesakitan ibu, dan bagi bayi dapat meningkatkan risiko kesakitan dan kematian bayi, serta Berat Badan Lahir Rendah (BBLR). Anemia merupakan suatu keadaan dimana adanya penurunan kadar Hemoglobin, hematokrit dan jumlah eritrosit di bawah nilai normal. Pada penderita anemia, lebih sering disebut kurang darah, kadar sel darah merah (Hb)

dibawah nilai normal. Penyebabnya adalah kurangnya zat besi untuk pembentukan darah (Amallia et.al, 2017). Anemia adalah suatu kondisi medis dimana jumlah sel darah merah atau hemoglobin kurang dari normal. Kadar hemoglobin normal umumnya berbeda pada laki-laki dan perempuan. Untuk pria, anemia biasanya didefinisikan sebagai kadar hemoglobin kurang dari 13,5 gram/100ml dan pada wanita sebagai hemoglobin kurang dari 12,0gram/100ml. Pada wanita usia subur $Hb < 12,0g/dl$ dikatakan anemia, sedangkan pada ibu hamil dikatakan anemia bila $Hb < 11,0g/dl$. Anemia kehamilan merupakan peningkatan kadar cairan plasma selama kehamilan mengencerkan darah (hemodilusi) yang dapat tercermin sebagai anemia. Anemia kehamilan yang paling sering dijumpai adalah anemia gizi besi (Putri&Hastina, 2020).

Menurut World Health Organization (WHO) 2017, bahwa prevalensi anemia pada ibu hamil adalah 41,8%. Diantara negara-negara berkembang, kasus anemia defisiensi besi pada ibu hamil lebih sering ditemukan di Afrika dan Asia Tenggara, termasuk Indonesia. Kejadian anemia defisiensi besi pada ibu hamil di Indonesia mengalami peningkatan dari 37,1% pada tahun 2013 (Kemenkes, 2013) menjadi 48,7% pada tahun 2018 (Kemenkes, 2018).

Berdasarkan Riskesdas (2013) mendapatkan anemia terjadi pada 37,1% ibu hamil di Indonesia. Sedangkan pada tahun 2018 prevalensi ibu hamil yaitu sebesar 48,9%. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, menunjukkan bahwa angka kejadian anemia di Indonesia mengalami kenaikan dari tahun sebelumnya yaitu sebesar 48,9% dari yang sebelumnya 37,1% pada tahun 2013. Prevalensi ibu hamil di Bali tahun 2015 yaitu 70.907 orang (Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2016).

Kehamilan relatif terjadi anemia karena ibu hamil mengalami hemodelusi (pengenceran) dengan peningkatan volume 30% sampai 40% yang puncaknya pada kehamilan 32 sampai 34 minggu. Jumlah peningkatan sel darah 18% sampai 30% dan hemoglobin sekitar 19%. Anemia pada ibu hamil sering dijumpai pada trimester I dan trimester III. Tetapi paling banyak ditemukan pada trimester III. Pada trimester I ibu hamil mengalami mual dan muntah. Hal ini dapat menyebabkan berkurangnya ketersediaan zat besi. Sedangkan pada trimester III

dikarenakan zat besi dibutuhkan oleh janin untuk pertumbuhan dan perkembangan. Oleh karena itu, janin menyerap zat besi dari ibu yang menyebabkan kebutuhan ibu akan zat besi bertambah. Jika ibu hamil tidak memperhatikan status nutrisinya maka dapat menyebabkan ibu anemia. Kebutuhan akan zat besi selama kehamilan kurang lebih 1000 mg. Kebutuhan zat besi pada trimester I relatif sedikit sekitar 0,8 mg sehari dan meningkat selama trimester II dan trimester III yaitu 6,3 mg sehari (Manuaba, dkk., 2010).

Studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 22 dan 26 September 2025 di Puskesmas Punung Kabupaten Pacitan, didapatkan hasil wawancara terhadap ibu hamil, 7 dari 10 orang tidak mengkonsumsi tablet Fe secara teratur dikarenakan lupa, mual, muntah jika meminum tablet Fe dan sebagian baru mengkonsumsi tablet Fe di usia kehamilan beberapa bulan kemudian. Sedangkan 3 orang mengkonsumsi tablet Fe secara teratur sejak memeriksakan kehamilan pertama kali. Sedangkan untuk keluhan dari tanda dan gejala anemia, 5 dari 10 ibu hamil mengeluhkan merasa cepat lelah saat beraktivitas, sering pusing dan wajah terlihat pucat. Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Kepatuhan Mengkonsumsi Tablet Zat Besi dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Punung Kabupaten Pacitan Tahun 2025”.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Kepatuhan Mengkonsumsi Tablet Zat Besi dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Punung Kabupaten Pacitan Tahun 2025”.

METODE PENELITIAN

Berdasarkan jenis penelitian termasuk dalam penelitian analitik korelasi dengan menggunakan metode pendekatan cross sectional research adalah penelitian yang mendesain pengumpulan yang dilakukan pada satu titik waktu (at one point in time) dimana fenomena yang diteliti adalah selama satu periode pengumpulan data (Swarjana, 2015).

Dilakukan mulai bulan 24 September 2024 sampai bulan 25 Januari 2025. Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 141.

Data yang digunakan adalah pada penelitian ini data primer dan data sekunder. Pengumpulan data secara langsung oleh peneliti melalui blanko kepatuhan serta melihat status anemia pada buku KIA / Kohort ibu. Teknik analisis data yaitu dengan analisis univariat dan analisis bivariat. Sebelum melakukan pengumpulan data, peneliti mengurus perijinan ke Komite Etik Sekolah Tinggi Kesehatan Majapahit Mojokerto. Setelah mendapatkan surat etik penelitian akan diajukan untuk permohonan izin penelitian dari kampus ke tempat penelitian Puskesmas Punung Kabupaten Pacitan.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

1. Hasil Penelitian

a. Analisa Univariat

1) Kepatuhan Mengkonsumsi Tablet Zat Besi Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Punung Kabupaten Pacitan Tahun 2025.

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kepatuhan Mengkonsumsi Tablet Zat Besi Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Punung Kabupaten Pacitan Tahun 2025.

No.	Kepatuhan	Jumlah (f)	Presentase (%)
1.	Patuh	120	85
2.	Tidak patuh	21	15
	Total	141	100

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan dari 141 responden dapat diketahui bahwa berdasarkan kepatuhan mengkonsumsi tablet zat besi sebagian besar responden patuh mengkonsumsi tablet zat besi sebanyak 120 orang (85 %) dan sebagian kecil responden tidak patuh mengkonsumsi tablet zat besi sebanyak 21 orang (15%).

2) Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Punung Kabupaten Pacitan Tahun 2025.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Punung Kabupaten Pacitan Tahun 2025.

No.	Kejadian Anemia	Jumlah (f)	Presentase (%)
1.	Anemia	21	15
2.	Tidak Anemia	120	85
	Total	141	100

Berdasarkan tabel 2 menunjukan dari 141 responden dapat diketahui bahwa berdasarkan kejadian anemia pada ibu hamil trimester III sebagian besar responden tidak anemia yaitu sebanyak 120 orang (85%) dan sebagian kecil responden yang anemia yaitu sebanyak 21 orang (15%).

b. Analisa Bivariat

Tabel 3 Tabel Silang Kepatuhan Mengkonsumsi Tablet Zat Besi Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Punung Kabupaten Pacitan Tahun 2025.

No.	Kepatuhan Mengkonsumsi Tablet Zat Besi	Kejadian Anemia		Jumlah f (%)	P (Sig)
		Anemia f (%)	Tidak Anemia f (%)		
1.	Tidak Patuh	21 (15)	0 (0)	21 (15)	<.001
2.	Patuh	0 (0)	120 (85)	120 (85)	
	Total	21 (15)	120 (85)	141 (100)	

Berdasarkan tabel 3 menunjukan dari 141 responden dapat diketahui bahwa berdasarkan kepatuhan mengkonsumsi tablet zat besi dengan kejadian anemia pada ibu hamil trimester III Sebagian besar responden yang patuh mengkonsumsi tablet zat besi dan tidak anemia yaitu sebanyak 120 orang (85%) sedangkan yang tidak patuh dalam mengkonsumsi tablet zat besi dan mengalami anemia yaitu sebanyak 21 orang (15%).

Analisa uji statistik dengan menggunakan uji *Fisher's Exact Test* didapatkan nilai *p-value* <.001 sehingga H_a diterima dan H_o ditolak, maka dapat disimpulkan ada hubungan kepatuhan konsumsi tablet zat besi dengan

kejadian anemia pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Punung Kabupaten Pacitan Tahun 2025.

2. Pembahasan

a. Kepatuhan mengkonsumsi tablet zat besi pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Punung Kabupaten Pacitan Tahun 2025.

Berdasarkan hasil penelitian ini didapatkan bahwa dari 141 responden, kepatuhan mengkonsumsi tablet zat besi dapat dibagi menjadi 2 yaitu patuh dan tidak patuh. Dari hasil penelitian ini sebagian besar responden patuh dalam mengkonsumsi tablet zat besi selama hamil yaitu sebanyak 120 orang (85%) . Hal ini terlihat pada data di puskesmas tentang kepatuhan di dalam buku kia,. Jawaban responden menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengkonsumsi tablet zat besi minimal 90 tablet selama kehamilan. Ini membuktikan bahwa mereka patuh mengkonsumsi tablet zat besi dalam jumlah yang tepat dan frekuensi yang benar.

Dilihat dari karakteristik responden, terlihat bahwa responden di Puskesmas Punung Kabupaten Pacitan sebagian besar responden berumur 20-35 tahun. Ini merupakan usia matang untuk bereproduksi. Menurut teori, bahwa dengan bertambahnya umur seseorang akan mengalami perubahan aspek fisik dan psikologis (mental). Secara garis besar, pertumbuhan fisik terdiri atas empat kategori perubahan yaitu perubahan ukuran, perubahan proporsi, hilangnya ciri-ciri lama, dan timbulnya ciri-ciri baru. Perubahan ini terjadi karena pematangan fungsi organ. Pada aspek psikologis atau mental, taraf berpikir seseorang menjadi semakin matang dan dewasa. Hal ini terlihat dari penelitian ini, sebagian besar responden patuh dalam mengkonsumsi tablet zat besi.

Dilihat dari segi pendidikan, lebih dari setengahnya responden berpendidikan SMA. Pendidikan sangat mempengaruhi pengetahuan seseorang. Menurut Azzahara (2014), Semakin tinggi pendidikan seseorang, semakin mudah pula mereka menerima informasi, dan pada akhirnya pengetahuan yang dimilikinya akan semakin banyak sehingga kesadaran untuk hidup sehat yaitu mengkonsumsi tablet zat besi selama kehamilan

menjadi lebih baik dan secara otomatis akan meningkatkan kepatuhan mereka untuk minum tablet zat besi sesuai waktu, jumlah dan frekuensi yang tepat pula. Oleh karena itu, peran bidan selaku petugas kesehatan sangat mempengaruhi kepatuhan ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet zat besi karena bidan merupakan tenaga kesehatan pertama yang langsung berhubungan dengan ibu hamil, sehingga patuh atau tidak patuhnya ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet zat besi memang sangat dipengaruhi oleh tenaga kesehatan.

Kepatuhan dalam mengkonsumsi tablet zat besi adalah ketaatan ibu hamil dalam melaksanakan anjuran petugas kesehatan untuk mengkonsumsi tablet zat besi. Kepatuhan mengkonsumsi tablet zat besi diukur dari ketepatan jumlah tablet yang dikonsumsi, ketepatan cara mengkonsumsi tablet zat besi, frekuensi konsumsi perhari. Suplementasi zat besi atau pemberian tablet zat besi merupakan salah satu upaya penting dalam mencegah dan menanggulangi anemia, khususnya anemia kekurangan besi. Suplementasi besi merupakan cara efektif karena kandungan besi yang dilengkapi asam folat yang dapat mencegah anemia karena kekurangan asam folat. Ketidakepatuhan ibu hamil meminum tablet zat besi dapat memiliki peluang yang lebih besar untuk terkena anemia.

Menurut teori, bahwa ibu hamil dengan anemia mempunyai risiko kematian pada persalinan 3,6 kali lebih besar dibandingkan dengan ibu hamil tanpa anemia. Kontribusi anemia terhadap kematian ibu dan bayi diperkirakan lebih tinggi lagi, antara 50-70%. Angka tersebut dapat ditekan serendah-rendahnya bila ibu hamil dapat asupan 90 tablet dosis zat besi dan pemberian vitamin B12 serta asam folat (Badriah, 2018). Namun masih ada ibu hamil yang tidak mematuhi anjuran ini. Kepatuhan minum tablet zat besi apabila $\geq 90\%$ dari tablet besi yang seharusnya diminum. Kepatuhan ibu hamil minum tablet zat besi sangat penting dalam menjamin peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil (Septiani, 2018).

Penelitian ini sesuai dengan jurnal penelitian yang telah dilakukan oleh Adilestari (2017), yang berjudul “Hubungan kepatuhan ibu hamil

mengonsumsi tablet fe dengan kejadian anemia di puskesmas mantrijeron yogyakarta” menyatakan kepatuhan tersebut dibagi menjadi beberapa katagori yaitu responden dengan kategori patuh sebanyak 20 responden (31,7%), kurang patuh sebanyak 33 responden (52,4%), dan tidak patuh sebanyak 10 responden (15,9%). Bahwa kepatuhan dalam mengonsumsi tablet Fe tertinggi pada kategori kurang patuh. Maka dari itu hasil penelitian menunjukkan bahwa anemia pada ibu hamil disebabkan oleh ketidakpatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet fe.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Leli Laelasari (2016), didapatkan hasil setengah dari responden tersebut kurang patuh dalam mengonsumsi tablet Fe. Hal ini disebabkan rendahnya kesadaran serta kurangnya pengetahuan akan pentingnya tablet fe, dan adanya efek samping pada saat mengonsumsi tablet fe.

Menurut asumsi peneliti bahwa kepatuhan ibu hamil sangatlah penting dalam mengonsumsi tablet zat besi. Karena dengan mengonsumsi tablet zat besi selama kehamilan dengan teratur, maka ibu hamil akan terhindar dari anemia. Kekurangan zat besi dapat menimbulkan gangguan atau hambatan pada pertumbuhan janin baik sel tubuh maupun sel otak. Kepatuhan mengonsumsi tablet zat besi juga mempunyai beberapa efek samping seperti mual, muntah dan diare yang menyebabkan ibu hamil tersebut tidak mengikuti anjuran dalam mengonsumsi tablet tersebut. Pada ibu hamil yang menderita anemia berat dapat meningkatkan risiko morbiditas dan mortalitas ibu dan bayi, kemungkinan melahirkan bayi BBLR dan premature juga lebih besar. Selain itu juga didukung dengan pemenuhan nutrisi yang berasal dari makanan yang dikonsumsi dan juga menghindari faktor-faktor yang dapat menjadikan resiko ibu hamil terkena anemia (Adilestari, 2017).

- b. Kejadian anemia pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Punung Kabupaten Pacitan Tahun 2025.

Kejadian anemia pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Punung Kabupaten Pacitan sebagian besar mengalami tidak anemia sebanyak 120 orang (85%). Menurut teori, bahwa dikatakan anemia jika kadar hemoglobin ibu <11 gr/dl. Anemia pada kehamilan menyebabkan meningkatnya frekuensi komplikasi kehamilan dan persalinan, resiko kematian maternal, angka prematur, 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.

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 (zat besi), maka tanda-tanda kurang darah akan menghilang (Waryana, 2018).

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 cacingan, malaria dan penyakit TBC. Anemia defisiensi besi bisa dicegah dengan memelihara keseimbangan antara asupan zat besi dengan kebutuhan dan kehilangan zat besi. Suplementasi zat besi adalah salah satu strategi untuk meningkatkan intake zat besi yang berhasil hanya jika individu mematuhi aturan konsumsinya. Tablet tambah darah adalah tablet besi folat yang setiap tablet mengandung 200 mgferro 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 walaupun ada keluhan rasa enek atau mual saat mengkonsumsi tablet zat besi.

Penelitian ini sesuai dengan jurnal penelitian yang telah dilakukan oleh Mandariska (2014), bahwa mayoritas responden adalah mengalami anemia ringan. Ibu hamil menjadi tidak anemia, hal tersebut bisa disebabkan apabila ibu hamil patuh dalam mengkonsumsi tablet Fe. Selain itu anemia yang terjadi pada ibu hamil disebabkan karena peningkatan kebutuhan Fe ketika hamil dan asupan gizi yang rendah sehingga tidak bisa mencukupi kebutuhan gizi dalam tubuh. Anemia pada ibu hamil trimester III terjadi pada kondisi ibu hamil dengan kadar Hb kurang dari 11gr%.

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 dekompenasikordis, ketuban pecah dini, peralihan antepartum. 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 (Abriha, dkk., 2018)

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.

c. Kepatuhan Mengkonsumsi Tablet Zat Besi Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Punung Kabupaten Pacitan Tahun 2025.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa responden yang tidak patuh dalam mengonsumsi tablet zat besi sebanyak 21 orang (15%) dan mengalami anemia sebanyak 21 orang (15%). Dan begitupun sebaliknya, responden yang patuh dalam mengonsumsi tablet zat besi sebanyak 120 orang (85%) dan tidak mengalami anemia sebanyak 120 orang (85%). Ini berarti ibu hamil yang patuh dalam mengonsumsi tablet zat besi cenderung terhindar dari anemia dibandingkan dengan ibu hamil yang tidak patuh dalam mengonsumsi tablet zat besi.

Suplementasi zat besi adalah salah satu strategi untuk meningkatkan intake zat besi 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 tablet tersebut, contohnya gangguan lambung (diare), mual dan muntah. Bentuk strategi lain yang digunakan untuk meningkatkan kepatuhan mengonsumsi zat besi adalah melalui pendidikan (pengetahuan) tentang pentingnya suplementasi zat besi dan efek samping akibat minum tablet zat besi.

Selain mengonsumsi 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.

Analisa uji statistik dengan menggunakan uji *Fisher's Exact Test* didapatkan nilai *P-value* <.001 maka dapat disimpulkan ada hubungan kepatuhan mengkonsumsi tablet zat besi dengan kejadian anemia pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Punung Kabupaten Pacitan tahun 2025.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Septadara (2017) yang berjudul “Hubungan Kepatuhan Mengkonsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Mlati I Sleman Yogyakarta” yang menyatakan bahwa ada hubungan antara kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada ibu hamil trimester III. Kejadian anemia pada ibu hamil trimester III dapat dihindari dengan patuh mengkonsumsi tablet Fe sesuai dengan aturan yang telah ditetapkan, selain itu juga bisa didukung dengan pemenuhan nutrisi yang berasal dari makanan yang dikonsumsi dan juga menghindari faktor-faktor yang dapat menjadikan resiko ibu hamil untuk terkena anemia.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Hariani (2017) dimana hasilnya adalah ada pengaruh pemberian tablet zat besi (Fe) terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil yang anemia dengan *p.value* < 0,05. 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 (Risksdas, 2018).

Penelitian ini juga tidak mengalami kesenjangan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mandariska (2014), dimana hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kepatuhan meminum tablet Fe terhadap kadar Hb. Semakin patuh ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet Fe maka semakin tinggi kadar Hb ibu hamil. Ibu hamil yang patuh mengkonsumsi tablet Fe, meliputi kepatuhan jumlah tablet yang di

konsumsi, cara mengkonsumsi tablet Fe, waktu mengkonsumsi tablet Fe, frekuensi tablet Fe yang di konsumsi.

Hasil kajian *World Health Organisation* (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 di perlukan, untuk mencegah hal-hal tidak diinginkan.

Hasil dari penelitian ini menurut asumsi hal ini sama dengan hasil penelitian sebelumnya dan beberapa teori yang disebutkan bahwa semakin patuh seorang ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet zat besi selama kehamilan, maka semakin kecil ibu hamil tersebut mengalami anemia dalam kehamilan. Namun sebaliknya, semakin tidak patuh seorang ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet zat besi selama kehamilan, maka kejadian anemia ibu hamil semakin meningkat. Hal ini bertolak belakang dengan penelitian yang dilakukan oleh (Anggraeni, 2018) menunjukkan hasil penelitian ditemukan tidak adanya hubungan antara pola konsumsi zat besi dengan kadar hemoglobin pada ibu hamil di BPS Kabupaten Pringsewu, dimana nilai $p\text{ value}=0,323$ yang berarti hipotesis (H_0) diterima artinya pola konsumsi zat besi dengan kadar hemoglobin pada ibu hamil di BPS Kabupaten Pringsewu. Penelitian lain yang dilakukan oleh (Safitri, dkk., 2019) yang menunjukkan tidak adanya hubungan antara tingkat kepatuhan dengan kejadian anemia pada ibu hamil dengan nilai signifikan.

SIMPULAN DAN SARAN

1. Simpulan

Kepatuhan mengkonsumsi tablet zat besi sebagian besar responden patuh mengkonsumsi tablet zat besi sebanyak 120 orang (85 %) dan sebagian kecil responden tidak patuh mengkonsumsi tablet zat besi sebanyak 21 orang (15%).

Kejadian anemia pada ibu hamil trimester III sebagian besar responden tidak anemia yaitu sebanyak 120 orang (85%) dan sebagian kecil responden yang anemia yaitu sebanyak 21 orang (15%).

hasil uji statistik *Fisher's Exact Test* didapatkan hasil adanya hubungan kepatuhan mengkonsumsi tablet zat besi dengan kejadian anemia pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Punung Kabupaten Pacitan Tahun 2025, dengan *P-value* <.001.

2. Saran

Penelitian ini dapat menjadi bahan masukkan untuk pelayanan Kesehatan bagi ibu-ibu yang sedang hamil khususnya, menjadi bahan masukan untuk pendidikan dan tambahan bahan pustaka untuk mahasiswa-mahasiswi Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit. Diharapkan ibu hamil lebih aktif terhadap mencari informasi tentang manfaat tablet zat besi, pengertian anemia, penyebab anemia, dampaknya bagi ibu dan janin, serta cara pencegahannya. Informasi tersebut bisa didapatkan melalui tenaga kesehatan, media masa seperti, televisi, sosial media elektronik sehingga ibu termotivasi untuk mencegah anemia dengan memakan makanan yang mengandung zat besi seperti ikan, telur, daging, bayam, tomat, tahu dan tempe, kacang merah, dan lainnya serta mengkonsumsi tablet zat besi minimal 90 tablet selama kehamilan. Lain dari pada itu dukungan keluarga juga diperlukan agar ibu hamil lebih semangat serta termotivasi dalam menjaga kesehatan dirinya. Diharapkan untuk meningkatkan kompetensi tenaga kesehatan terutama tentang komunikasi informasi dan edukasi (KIE) melalui penyuluhan atau seminar di poli gizi puskesmas. Serta adanya konseling kesehatan yang dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil sehingga lebih bertanggung jawab atas dirinya agar patuh atas apa ajuran yang diberikan oleh tenaga kesehatan seperti

contoh mengkonsumsi tablet zat besi agar tidak meningkatnya kejadian anemia. Disarankan pada peneliti selanjutnya agar meneliti lebih lanjut mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian anemia pada ibu hamil, menjadi bahan masukan dalam pengkajian dan penelitian.

Daftar Pustaka

- Abu-Ouf, N. M. and Jan, M. M. (2015) „The impact of maternal iron deficiency and iron deficiency anemia on child’s health“, *Saudi Medical Journal*, 36(2), pp. 146–149. doi: 10.15537/smj.2015.2.10289.
- Adilestari W. (2018). Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia. [Naskah Publikasi].
- Adilestari, W., & Daryanti, M. S. (2018). *hubungan kepatuhan ibu hamil mengkonsumsi tablet fe dengan kejadian anemia di puskesmas mantriheron yogyakarta*.
- Amallia, S., Afriyani, R., & Utami, S. P. (2018). Faktor Risiko Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Rumah Sakit BARI Palembang. *Jurnal Kesehatan*, 8(3), 389-395.
- Anggraeni, S. (2018). Hubungan Pola Konsumsi Zat Besi dengan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil di BPS Kabupaten Pringsewu Lampung Tahun 2015. *Midwifery Journal: Jurnal Kebidanan UM. Mataram*, 3(1), 86-89.
- Anggraini, P. D. (2018). Faktor–faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Tanjung Pinang tahun 2018. *Jurnal Kebidanan*, 7(15), 33-38.
- Ani LS. (2018). *Buku Saku Anemia Defisiensi Besi Masa Prahamil Dan Hamil*. Jakarta: EGC
- Astiana W.(2018). Kejadian Anemia pada Ibu Hamil Ditinjau dari Paritas dan Usia. 2017;2(2):123–30.
- Astuti M. (2018). *Buku Pintar Kehamilan*. Jakarta: EGC
- Badriah DL. Gizi Dalam Kesehatan Reproduksi. Atif NF.(2018). editor. Bandung: Refika Aditama.
- Budiarni, W. dan Subagio.(2012). Hubungan Pengetahuan, Sikap, dan Motivasi Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Besi pada Ibu Hamil. *Journal of Nutrition College*, Vol 1 No.1, hal. 99-106.

- Dinas Kesehatan Provinsi Bali. (2018). Profil Kesehatan Provinsi Bali Tahun 2016. Bali: Dinas Kesehatan Provinsi Bali. https://diskes.baliprov.go.id/wp-content/uploads/2019/06/Bali_Profil_2017_ds.pdf (diakses tanggal 27 Oktober 2021)
- Dinas Kesehatan Kota Denpasar. (2021). Profil Kesehatan Kota Denpasar Tahun 2020. Bali: Dinas Kesehatan Kota Denpasar.
- Fadlun, Feryanto. (2018). *Asuhan Kebidanan Patologis*. Jakarta: Salemba
- Fathonah S. (2018). *Gizi dan Kesehatan untuk Ibu Hamil - Kajian Teori & Aplikasinya*. Jakarta: Erlangga
- Hidayah, W., & Anasari, T. (2012). Hubungan kepatuhan ibu hamil mengkonsumsi tablet fe dengan kejadian anemia di Desa Pageraji Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas. *Bidan Prada: Jurnal Publikasi Kebidanan Akbid YLPP Purwokerto*, 3(02).
- Hidayati NL. (2018). *Buku 1000 Hari Emas Pertama Dari Persiapan Kehamilan Sampai Batita*. Yogyakarta: Rapha Pubishing
- Ibrahim SM, Proverawati A. (2018). *Nutrisi Janin dan Ibu Hamil*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Kementrian Kesehatan RI. (2013). Riset Kesehatan Dasar (2018). Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Kementrian Kesehatan RI. (2018). Riset Kesehatan Dasar. Jakarta: Kemenkes RI.
- Leli Laelasari, L. N. (2016). Hubungan antara Pengetahuan, Status Gizi dan Kepatuhan Mengkonsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Saladagedang Kabupaten Majalengka Tahun 2016. *Jurnal Bidan*, 2(2), 1-9.
- Mandariska, C. P., & Sarwinanti, S. (2014). *Hubungan Kepatuhan Meminum Tablet Fe Terhadap Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Kalikajar I Wonosobo* (Doctoral dissertation, STIKES'Aisyiyah Yogyakarta).
- Mangkuji B, Ginting I, Suswati, Rismahara, Wildan. (2018). *Asuhan Kebidanan 7 Langkah SOAP*. Jakarta: EGC.

- Manuaba, IAC., I Bagus, dan IB Gde. (2010). Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan KB untuk Pendidikan Bidan. Edisi kedua. Jakarta: EGC.
- Mardalena I. (2018). *Dasar-Dasar Ilmu Gizi dalam Keperawatan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press
- Notoatmodjo, S (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Noverstiti, E. (2012). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada ibu hamil trimester III di wilayah kerja Puskesmas Air Dingin Kota Padang Tahun 2012. *STIKES Peringsewu Lampung*.
- Nursalam. (2018). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Jakarta: Salemba Medika
- Nursari, S. (2018). Hubungan Tingkat Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Desa Purwasari Wilayah Kerja Puskesmas Kuamang Kuning I Tahun 2018. *Scientia Journal*, 7(2), 80-84.
- Proverawati A, Asfuah S. (2018). *Buku Ajar Gizi Untuk Kebidanan*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Putri, Y. R., & Hastina, E. (2020). *Asuhan Keperawatan Maternitas Pada Kasus Komplikasi Kehamilan, Persalinan, dan Nifas*. CV. Pena Persada.
- Rahmawati, F. dan Subagio. (2012). Kepatuhan Konsumsi Tablet Besi Folat Pada Ibu Hamil dan Faktor Yang Mempengaruhi. *Journal of Nutrition College*, Vol 1 No. 1, hal. 55-62.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). (2018). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018. https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-riskesdas-2018_1274.pdf (diakses tanggal 27 Oktober 2021)
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). (2013). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2013. https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/general/Hasil%20Risiko_sdas%202013.pdf (diakses tanggal 27 Oktober 2021)
- Rukiyah AY, Yulianti L. (2018). *Asuhan Kebidanan I (Kehamilan)*. Yogyakarta: Trans Info Media

- Safitri, A., Gayatri, S. W., & Haerunnisa, A. D. (2019). Pengaruh Kepatuhan Konsumsi Tablet Besi Terhadap Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Kassi-Kassi Makassar. *UMI Medical Journal*, 4(2), 31-39.
- Septadara UL. (2017). Hubungan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Melati 1. Naskah Publikasi. 2017
- Septiani W. (2017). Pelaksanaan Program Pemberian Tablet Zat Besi (Fe). JOMIS (Journal Midwifery Sci. 2017;1(2):86–92.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta, CV.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta, CV.
- Susanto AV, Fitriana Y. (2018). *Asuhan pada Kehamilan, Panduan Lengkap Asuhan Selama Kehamilan bagi Praktisi Kebidanan. Pertama*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press
- Swarjana, I.K. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*, RinekaCipta. Jakarta.Indonesia
- Waryana. (2018). *Gizi Reproduksi*. Yogyakarta: Pustaka Rihama
- Wasnidar T. (2018). *Buku Saku Anemia pada Ibu Hamil*. Jakarta: TIM
- WHO. (2017). Prevalence of Anaemia. New York
- Yanti, D. E. (2016). Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Bernung Kabupaten Pesawaran 2016. *Jurnal Dunia Kesmas*, 5(3).
- Yuni NE. (2018). *Kelainan Darah. I*. Yogyakarta: Nuha Medika