ProHealth Journal (PHJ)
Vol. 22, No. 2, 2025, Page xx-xx
DOI :
p-ISSN. 2089-2047
e-ISSN. 2961-9076
Artikel akses terbuka dengan lisensi CC BY (https://jurnal.stikeshamzar.ac.id/index.php/PHJ)

Hubungan Konsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil

Puji Astuti[1*], Ani Retni[2], Harismayanti[3]

[1]Program Studi Ilmu Keperawatan , Fakultas Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Gorontalo

*Corresponding Author: Pujigusti11@gmail.com

Nomor HP : 085145787002

ABSTRAK

Anemia adalah kondisi ketika kadar hemoglobin (Hb) berada di bawah normal akibat kekurangan nutrisi penting untuk pembentukan darah, seperti zat besi, asam folat, dan vitamin B12. Kondisi ini sering dialami ibu hamil karena penurunan cadangan zat besi dalam tubuh yang berdampak pada ibu dan janin. Penelitian ini menggunakan pendekatan analitik observasional dengan desain cross-sectional untuk mengetahui hubungan konsumsi tablet penambah darah dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Tolangohula. Sampel penelitian terdiri dari 67 ibu hamil. Hasil penelitian menunjukkan sebagian responden mengonsumsi tablet penambah darah secara teratur, sementara sebagian lainnya tidak, dan masih ditemukan ibu hamil yang mengalami anemia. Uji Chi-Square menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara konsumsi tablet penambah darah dengan kejadian anemia pada ibu hamil ($p < 0,05$). Disimpulkan bahwa keteraturan konsumsi tablet penambah darah berperan penting dalam pencegahan anemia pada ibu hamil. Temuan ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi tenaga kesehatan dalam meningkatkan edukasi dan promosi kesehatan, khususnya untuk mendorong keteraturan konsumsi tablet penambah darah selama kehamilansi kesehatan, khususnya dalam meningkatkan keteraturan konsumsi tablet penambah darah pada ibu hamil.

Kata Kunci: Anemia; Ibu Hamil; Tablet Penambah Darah

ABSTRACT

Anemia is a condition in which hemoglobin (Hb) levels fall below normal due to deficiencies in essential nutrients for blood formation, such as iron, folic acid, and vitamin B12. This condition is often experienced by pregnant women because of decreased iron reserves in the body, which affects both the mother and the fetus. This study employed an observational analytic approach with a cross-sectional design to examine the relationship between iron tablet consumption and the incidence of anemia among pregnant women at Tolangohula Health Center. The study sample consisted of 67 pregnant women. The results showed that some respondents consumed iron tablets regularly, while others did not, and anemia was still found among pregnant women. The Chi-Square test indicated a significant relationship between iron tablet consumption and the incidence of anemia in pregnant women ($p < 0.05$). It can be concluded that the regular consumption of iron tablets plays an important role in preventing anemia during pregnancy. These findings are expected to serve as a reference for healthcare providers in enhancing health education and promotion, particularly in encouraging adherence to iron tablet consumption among pregnant women.

Keywords: Anemia; Pregnant Women; Iron Tablets

PENDAHULUAN

Kebutuhan zat besi pada ibu hamil mengalami peningkatan, yang dimana hal ini tidak dapat dipenuhi hanya dari makanan. Oleh karena itu untuk memenuhi kebutuhan zat besi pada ibu hamil diperoleh dari dua faktor yang terdiri dari cadangan zat besi sebelum hamil serta konsumsi zat besi selama masa kehamilan, yang dimana zat besi adalah mineral yang dibutuhkan oleh tubuh untuk

membentuk hemoglobin (Sunarti and Rismayana 2024).

Pada tahun 2024 Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mencatat sekitar 29,6% ibu hamil di seluruh dunia mengalami anemia dengan sekitar setengah dari kasus tersebut disebabkan karena kekurangan zat besi (WHO 2024). Perdarahan merupakan penyebab kematian pada ibu hamil nomor dua setelah hipertensi yaitu sebanyak 360 kasus, yang dimana perdarahan juga merupakan dampak dari anemia pada ibu hamil. Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, bahwa anemia pada ibu hamil di Indonesia sebesar 27,7%. Jika dilihat berdarakan kelompok umur, anemia pada ibu hamil paling pada kelompok umur 35-44 tahun sebesar 39,6%, kelompok umur 25-34 sebesar 31,4%. Untuk mencegah anemia pada ibu hamil, maka diharapkan ibu hamil mendapatkan dan rutin mengkonsumsi tablet tambah darah minimal 90 tablet selama masa kehamilan (Kemenkes 2024).

Berdasarkan data yang di peroleh dari Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo (2023), jumlah ibu hamil di provinsi Gorontalo sebanyak 21,814. Kejadian anemia pada ibu hamil di provinsi Gorontalo sebanyak 2.290 (22,9%). Hal ini juga merupakan penyebab kedua kasus kematian ibu hamil di provinsi Gorontalo selama tahun 2022. Kabupaten Gorontalo menempati posisi ketiga kejadian anemia pada ibu hamil di provinsi Gorontalo dengan angka kejadian sebanyak 4,1% (Olii et al. 2024). Kabupaten Gorontalo merupakan kabupaten yang berada di provinsi Gorontalo dengan jumlah ibu hamil terbanyak, yaitu 6.747. Namun berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo (2023), ibu hamil yang mendapatkan dan rutin mengkonsumsi tablet tambah darah hanya sebanyak 787 ibu hamil (Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo 2023).

Anemia pada ibu hamil bisa memberikan dampak buruk pada morbiditas dan mortalitas ibu ataupun janin. Anemia pada ibu hamil dapat memberikan dampak seperti sesak napas, kelelahan, palpitasi, darah tinggi (hipertensi), preklamsia, abortus serta dapat meningkatkan perdarahan sebelum dan saat persalinan bahkan dapat menyebabkan kematian pada ibu. Anemia pada masa kehamilan juga dapat memberikan dampak buruk pada janin berupa Intra Uterine Growth Retardation (IUGR), prematur, cacat bawaan, BBLR bahkan kematian janin dalam kandungan (Asmin et al. 2021).

Tingginya jumlah kematian ibu hamil di Indonesia masih menjadi masalah prioritas di bidang kesehatan. Kemenkes pada tahun 2024 baru saja meluncurkan program terbaru untuk mengatasi anemia pada ibu hamil selain dengan cara pemberian tablet tambah darah (Fe) yaitu dengan program MMS (Multiple Micronutrient Supplement). Program ini bertujuan untuk menekan angka kematian ibu (AKI) dengan mencegah anemia. MMS merupakan suplement multivitamin yang mengandung lebih banyak zat gizi mikro. Konsumsi tablet tambah darah merupakan salah satu metode untuk mengobati anemia pada ibu hamil, dimana kadar hemoglobin dapat meningkat 1 gr per bulan dengan rutin konsumsi tablet tambah darah 60 mg setiap hari. Selama kehamilan diperlukan sekitar 1000 mg zat besi. Konsumsi rutin selama 90 hari dapat menghasilkan zat besi sebanyak 720 mg (Putri, Purnama Eka Sari and Andini 2023).

Berdasarkan penelitian terdahulu oleh Yulianti dkk (2024) dengan judul hubungan kerutinan minum tablet tambah darah (Fe) dengan kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Wasah, diperoleh hasil penelitian adanya hubungan yang signifikan antara kerutinan konsumsi tablet tambah darah (Fe) dengan kejadian anemia pada ibu hamil.

Berdasarkan survey pendahuluan data yang diperoleh dari Puskesmas Tolangohula jumlah ibu hamil sebanyak 381 dan ibu hamil dengan anemia pada tahun 2024 sebanyak 43 ibu hamil. Data yang diperoleh pada tiga bulan terakhir yaitu desember 2024 – februari 2025 sebanyak 144 ibu hamil yang berkunjung di puskesmas tolangohula. Dari hasil wawancara dengan lima ibu hamil yang ada di Puskesmas Tolangohula, mengatakan bahwa mereka tidak mengkonsumsi tablet tambah darah yang diberikan oleh petugas kesehatan, hal ini mengakibatkan ibu hamil sering merasa lemas,

pusing, padangan mata berkunang-kunang, bahkan ada satu dari ibu kelima ibu hamil mengeluh sering kali merasa sesak napas. Hal ini didukung dengan hasil pemeriksaan Hb yang di lakukan petugas puskesmas dan diperoleh hasil Hb < 11 g/dL

Berdasarkan uraian di atas penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Hubungan Konsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Tolangohula".

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah analitik observasional dengan menggunakan pendekatan *Cross Sectional*. Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah seluruh ibu hamil yang melakukan pemeriksaan hemoglobin (Hb) dengan menggunakan alat pemeriksa Hb. Didapatkan data bahwa ibu hamil yang melakukan pemeriksaan sebanyak 381 orang. Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan rumus dari Lemeshow, karena jumlah populasi yang tidak diketahui atau tidak terhingga sebanyak sehingga dalam penelitian ini mengambil data dari sampel sekurang-kurangnya sejumlah 67 responden. Instrument penelitian deilakukan dengan cara wawancara menggunakan kuesioner. Intrumen penelitian ini diambil dari kuesioner orang lain, dimana telah diuji validitasnya.

Instrumen dalam penelitian ini adalah kuesioner ibu hamil yang mengkonsumsi tablet Fe menggunakan skala Guttman yang terdiri dari 10 pertanyaan dengan memberikan jawaban Ya dan Tidak. Jika jawaban Ya maka akan diberi skor 1 dan jika jawaban Tidak maka diberi skor 0. Lembar kuesioner yang akan di gunakan sudah di Uji Validitas dan peneliti melakukan pengambilan sampel darah dari responden untuk diukur kadar HB.

Teknik pengumpulan data pengumpulan data dalam penelitian ini dengan cara melakukan pengisian kuisioner kepada ibu hamil yang yang Konsumsi tablet tambah darah selama kehamilan 1 tablet/hari atau 90 tablet selama kehamilan dengan cara ukur menggunakan buku KIA ibu hamil dan pada ibu hamil dimana kadar Hb < 11 gr/dl yang diukur menggunakan pemeriksaan darah hemoglobin menggunakan alat pemeriksaan Hb. Dalam penelitian ini jika data dikatakan terdistribusi normal, maka untuk membuktikan adanya hubungan antara variabel yang digunakan uji hipotesis *Chi Square*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Karateristik Berdasarkan Umur, Pendidikan dan Pekerjaan reponden Ibu Hamil di Puskesmas Tolangohula

Tabel 4.1 Karateristik reponden

Karakteristik	Frekuensi	Presentase
Umur:	N	
20-25 Tahun	31	46,3%
26-30 Tahun	25	37,3%
31-35 Tahun	11	16,4%
Total	**67**	**100%**
Pendidikan Terakhir:		
SD	20	29,8%
SMP	16	23,9%
SMA	15	22,4%
D3/S1	16	23,9%
Total	**67**	**100%**
Pekerjaan		
Bekerja	36	53,7%
Tidak bekerja	31	46,3%
Total	**67**	**100%**

Sumber Data 2025

Berdasarkan tabel 4.1 peneliti mendapatkan hasil distribusi frekuensi berdasarkan umur didapatkan dari responden terbanyak yang di rentang usia 20 sampai 25 tahun sebanyak 31 responden (46,3%) dan paling sedikit di rentang usia 30 sampai 35

tahun sejumlah 11 responden (16,4%). Berdasarkan tabel distribusi frekuensi Pendidikan didapatkan responden terbanyak berpendidikan terakhir SD sebanyak 20 responden (29,8%) dan paling sedikit berpendidikan SMA sebanyak 15 responden (22,4%). Berdasarkan tabel distribusi frekuensi pekerjaan dari 67 responden didapatkan responden yang bekerja sebanyak sebanyak 36 responden (53,7%) dan yang tidak bekerja sebanyak 31 responden (46,3%).

2. Analisis Univariat

Analisis univariat berdasarkan Konsumsi tablet tambah darah pada ibu hamil di Puskesmas Tolangohula

Tabel 4.2 Analisis distribusi frekuensi Konsumsi tablet tambah darah pada ibu hamil

Konsumsi tablet tambah darah	Frekuensi (n)	Presentase(%)
Rutin	32	47,7%
Tidak rutin	35	52,3%
Total	**67**	**100%**

Sumber Data 2025

Berdasarkan tabel 4.2 di atas menunjukkan bahwa dari 67 responden ibu hamil didapatkan sebanyak 32 responden (47,7%), ibu hamil mengkonsumsi tablet tambah darah secara rutin. dan sebanyak 35 responden ibu hamil (52,3%) ibu hamil yang mengkonsumsi tablet tambah darah secara tidak rutin.

Analisis univariat berdasarkan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Tolangohula

Tabel 4.3 Analisis distribusi frekuensi kejadian anemia pada ibu hamil

Kejadian Anemia	Frekuensi (n)	Presentase(%)
Anemia	34	47,8%
Tidak anemia	33	52,2%
Total	**67**	**100%**

Sumber Data 2025

Berdasarkan tabel 4.3 di atas menunjukkan bahwa dari 67 responden ibu hamil didapatkan sebanyak 34 responden ibu hamil (47,8%), mengalami anemia dan sebanyak 33 responden ibu hamil (52,2%) tidak mengalami anemia.

3. Analisis Bivariat

Analisis bivariat konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Tolangohula

Tabel 4.4 Analisis pengaruh konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia pada ibu hamil

Konsumsi tablet tambah darah	Kejadian anemia				Total		*P value*
	Anemia		Tidak anemia				
	N	**%**	**N**	**%**	**N**	**%**	
Rutin	6	`9%	26	38,8%	32	47,7%	**0,000**
Tidak rutin	28	41,8%	7	10,4%	35	52,3%	
Total	**34**	**50,8 %**	**33**	**49,2%**	**67**	**100%**	

Sumber Data 2025

Berdasarkan tabel 4.4 diatas menunjukkan bahwa dari 32 responden yang termasuk dalam konsumsi tablet tambah darah secara rutin dengan kejadian anemia sebanyak 26 responden (38,8%) tidak mengalami anemia dan sebanyak 6 responden (9%) mengalami anemia. Dan pada 35 responden yang termasuk dalam tidak rutin mengkonsumsi tablet tambah darah sebanyak sebanyak 7 responden (10,4%) tidak mengalami anemia dan 28 responden (41,8%).

Hasil analisis Chi-Square pengaruh konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia pada ibu hamil, didapatkan nilai p= (0,000) < α =0,05. Hasil analisis ini memenuhi kriteria persyaratan hipotesis, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada Hubungan Konsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Tolangohula.

PEMBAHASAN

1. Analisis Univariat

a. Konsumsi tablet tambah darah ibu hamil di Puskesmas Tolangohula

Hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti dari 67 responden ibu hamil didapatkan sebanyak 32 responden (47,7%) ibu hamil mengkonsumsi tablet tambah darah secara rutin. dan sebanyak 35 responden ibu hamil (52,3%) ibu hamil yang mengkonsumsi tablet tambah darah secara tidak rutin.

Hal ini menunjukkan bahwa lebih dari separuh ibu hamil belum memiliki kerutinan yang baik dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Menurut Kementerian Kesehatan RI (2023), konsumsi tablet tambah darah secara rutin minimal 90 tablet selama kehamilan sangat penting untuk mencegah anemia. Tablet tambah darah mengandung zat besi dan asam

folat yang berperan dalam pembentukan hemoglobin, sehingga mencegah terjadinya anemia defisiensi besi. Ketidakrutinan dalam konsumsi tablet tambah darah dapat disebabkan oleh berbagai faktor, seperti rasa mual, efek samping, kurangnya pengetahuan, dan rendahnya dukungan dari tenaga kesehatan maupun keluarga.Penelitian ini.

Sebagian besar responden yang rutin mengonsumsi tablet tambah darah menyatakan bahwa mereka terbiasa minum 1 tablet setiap hari, terutama pada malam hari sebelum tidur untuk mengurangi efek samping seperti mual. Mereka juga mengaku sudah mengonsumsi lebih dari 90 tablet pada trimester III,

Hal ini sesuai dengan rekomendasi Kementerian Kesehatan RI (2021), yang menyarankan agar ibu hamil minimal mengonsumsi 90 tablet Fe selama masa kehamilan untuk mencegah anemia. Sedangkan pada sebagian besar responden yang tidak rutin mengonsumsi tablet melaporkan keluhan efek samping seperti mual dan muntah, merasa bosan, atau lupa mengonsumsi tablet.

Hal ini menunjukkan bahwa tingkat kerutinan sangat dipengaruhi oleh kenyamanan dan pemahaman ibu terhadap manfaat tablet tambah darah. Penelitian ini sesuai dengan teori WHO, (2020) yang menyebutkan bahwa anemia pada ibu hamil disebabkan oleh defisiensi zat besi, dan suplementasi zat besi secara rutin adalah langkah kunci dalam pencegahannya. WHO juga menegaskan bahwa konsumsi tablet tambah darah selama kehamilan secara signifikan menurunkan risiko kelahiran prematur dan bayi berat lahir rendah (BBLR).

Menurut teori Yanti (2022), keberhasilan program suplementasi zat besi sangat dipengaruhi oleh tingkat kerutinan ibu hamil, yang bergantung pada beberapa faktor, antara lain Pengetahuan ibu hamil mengenai manfaat tablet tambah darah dan risiko anemia. Ibu yang memiliki pengetahuan baik cenderung lebih Rutin dalam mengonsumsi suplemen. Efek samping yang dirasakan, seperti mual, muntah, atau sembelit, sering menjadi alasan utama ibu berhenti atau tidak rutin mengonsumsi tablet. Hal ini diperlukan Dukungan dari tenaga kesehatan, seperti pemberian edukasi, pemantauan konsumsi, dan cara minum yang benar misalnya sebelum tidur dan dengan air putih. Pengawasan dari keluarga atau suami, juga memainkan peran penting dalam meningkatkan kerutinan.

Peneliti menyimpulkan bahwa Faktor utama yang menyebabkan ketidakrutinan adalah efek samping seperti mual dan muntah, lupa, serta kurangnya pemahaman tentang pentingnya tablet tambah darah. Hasil ini menunjukkan bahwa masih diperlukan peningkatan edukasi dan bimbingan langsung oleh petugas kesehatan, serta strategi untuk mengatasi efek samping, seperti menyarankan konsumsi pada malam hari sebelum tidur. Dengan demikian, intervensi edukatif dan pendekatan personal oleh petugas kesehatan sangat diperlukan untuk meningkatkan kesadaran dan kerutinan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet tambah darah demi mencegah anemia dan komplikasi kehamilan lainnya.

b. Analisis univariat kejadian anemia di Puskesmas Tolangohula

Hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti dari 67 didapatkan sebanyak 34 responden ibu hamil (47,8%), mengalami anemia dan sebanyak 33 responden ibu hamil (52,2%) tidak mengalami anemia. Hal ini menunjukkan bahwa hampir separuh dari ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Tolangohula mengalami anemia, yang merupakan masalah kesehatan serius pada masa kehamilan.

Hal ini menujukkan bahwa hampir setengah dari ibu hamil di Puskesmas Tolangohula mengalami anemia, yang merupakan masalah kesehatan serius selama kehamilan. Anemia pada ibu hamil biasanya terjadi karena kekurangan zat besi, yang sangat dibutuhkan untuk membentuk sel darah merah. Bila ibu kekurangan zat besi, maka kadar hemoglobin (Hb) dalam darah akan menurun. Hemoglobin berfungsi mengangkut oksigen ke seluruh tubuh, termasuk ke janin. Jika Hb rendah, ibu bisa merasa cepat lelah, pusing, bahkan risiko keguguran atau bayi lahir prematur bisa meningkat.

Menurut WHO (2020), anemia pada kehamilan terjadi jika kadar Hb kurang dari 11 g/dL. WHO juga menyebutkan bahwa sekitar 40% ibu hamil di dunia mengalami anemia, dan Indonesia termasuk negara dengan angka kejadian yang cukup tinggi. Fakta di lapangan menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil tidak rutin mengonsumsi tablet tambah darah seperti yang dianjurkan. Hal ini dapat menjadi penyebab mengapa banyak ibu masih mengalami anemia. Selain itu, beberapa ibu juga mengatakan mereka tidak minum tablet setiap hari karena merasa mual atau muntah, sehingga konsumsi tablet menjadi tidak maksimal. Hal ini sejalan dengan penelitian Putri dkk. (2022) menyebutkan bahwa anemia sering terjadi jika ibu hamil tidak mendapatkan asupan gizi yang cukup, tidak minum tablet tambah darah secara teratur, dan jarang memeriksakan kehamilannya ke fasilitas kesehatan.

Peneliti menyimpulkan bahwa Kejadian anemia terjadi karena banyak ibu hamil tidak rutin mengonsumsi tablet tambah darah selama kehamilan. Hal ini diperlukan pemantauan konsumsi tablet tambah darah dan memberikan saran agar ibu tetap nyaman

mengonsumsinya, misalnya dengan meminum tablet di malam hari untuk mengurangi mual.

2. **Hubungan Konsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Tolangohula.**

Hasil uji statistik menggunakan *Chi Square*, dengan asumsi batas kemaknaan adalah *a*=0,05 yang berarti jika nilai *p*≤0,05 menunjukkan adanya pengaruh, namun jika nilai *p*>0,05 menunjukkan tidak ada pengaruh (Hidayat, 2014).

Hasil yang didapatkan pada penelitian ini adalah nilai $p = 0{,}000$ dengan nilai $a = 0{,}05$, maka disimpulkan ada Hubungan Konsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Tolangohula. Dimana syarat uji *Chi Square* Test "0 cells (0,0%) have expacted count less than 5. The minimum expected count is 5,00" yang berarti bahwa asumsi penggunaan uji Chi Square dalam penelitian ini sudah memenuhi syarat. Sebab tidak ada sell yang memiliki frekuensi harapan di bawah 5 dan frekuensi harapan terbesar adalah 5,00.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti pada 67 responden didapatkan dari 32 responden yang termasuk dalam konsumsi tablet tambah darah secara rutin dengan kejadian anemia sebanyak 26 responden (38,8%) tidak mengalami anemia dan sebanyak 6 responden (9%) mengalami anemia. Hal ini menunjukkan bahwa konsumsi tablet tambah darah secara rutin sangat efektif dalam mencegah anemia pada ibu hamil.

Hal ini menunjukkan bahwa konsumsi tablet tambah darah secara rutin sangat efektif dalam mencegah anemia pada ibu hamil. Tablet tambah darah mengandung zat besi dan asam folat yang penting untuk membantu tubuh memproduksi sel darah merah. Jika tablet ini diminum secara rutin sesuai anjuran, maka kebutuhan zat besi ibu hamil akan tercukupi, sehingga kadar hemoglobin tetap normal dan ibu terhindar dari anemia.

Kemudian pada 6 responden ibu hamil (9%) yang tetap mengalami anemia meskipun rutin mengonsumsi tablet tambah darah. Hal ini bisa terjadi karena beberapa faktor, seperti Penyerapan zat besi yang tidak maksimal dalam mongkunsumsi tablet tambah darah. Hal ini sesuai dengan pernyataan yang di temukan peneliti di lapangan dimana ibu hamil menyatakan tidak rutin mengkonsumsi tablet tambah darah dengan alasan lupa karena sibuk dengan pekerjaan. Hal ini diperlukan edukasi tentang pentingnnya untuk mengkonsumsi tablet tambah darah terutama pada ibu hamil untuk mencegah terjadinya anemia

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa Kebiasaan mengkonsumsi tablet tambah darah secara rutin sangat berpengaruh terhadap kejadian anemia pada ibu hamil. Mayoritas ibu hamil yang rutin minum tablet tidak mengalami anemia, yang membuktikan bahwa suplementasi zat besi efektif mencegah anemia selama kehamilan. Akan tetapi beberapa ibu tetap mengalami anemia meskipun rutin minum tablet tambah darah, beberapa ibu hamil masih sering lupa mengonsumsi tablet setiap hari sesuai anjuran. Kebiasaan lupa ini mengakibatkan kebutuhan zat besi tidak terpenuhi secara optimal, sehingga kadar hemoglobin tetap rendah dan anemia tetap terjadi.

Sedangkan sebanyak 35 responden yang termasuk dalam tidak rutin mengkonsumsi tablet tambah darah sebanyak sebanyak 7 responden (10,4%) tidak mengalami anemia dan 28 responden (41,8%) mengalami anemia. Hal ini membuktikan bahwa ketidakteraturan dalam konsumsi tablet tambah darah berkaitan erat dengan tingginya kejadian anemia. Tablet tambah darah, yang umumnya mengandung zat besi dan asam folat, sangat penting dalam proses pembentukan hemoglobin. Ketika konsumsi dilakukan secara tidak teratur, tubuh tidak mendapatkan asupan zat besi yang cukup untuk menunjang produksi sel darah merah. Akibatnya, kadar hemoglobin dapat menurun dan memicu terjadinya anemia, terutama pada ibu hamil dan wanita usia subur yang memiliki kebutuhan zat besi lebih tinggi.

Hal ini sejalan dengan teori (Wasnidar 2017). Konsumsi tablet tambah darah (Fe) adalah salah satu cara untuk meningkatkan intake zat besi yang akan berhasil apabila individu memenuhi aturan konsumsinya. Dalam tubuh zat besi berperan sebagai alat angkut oksigen dari paru-paru ke jaringan, sebagai alat pengangkut elektron pada metabolisme energi, sebagai bagian dari enzaim pembentuk kekebalan tubuh serta sebagai pelarut obat-obatan Mengkonsumsi tablet tambah darah selama kehamilan yaitu untuk membantu sintesis eritrosit dan berperan untuk mencegah kelelahan (Pratiwi, L., Liswanti, Y., Nawangsari, H., Dayaningsih, D., Fitriani, H., Alfiani, F. and Yulistianingsih 2022).

Sejalan dengan penelitian Syaidatul Aminah, Yuniarti, Efi Kristiana & Rafidah (2024) dengan judul Hubungan Kerutinan minum tablet zat besi (Fe) dengan kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Sungai Cuka Hasil penelitian nilai p value = 0,001 yang menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara kerutinan minum tablet zat besi (Fe) dengan kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Sungai Cuka

Sejalan juga dengan penelitian Zulfiyatun Hasanah, Mutmainnah Zakiyah & Suhartin (2024) tentang Hubungan tingkat kerutinan konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia pada ibu hamil

trimester III di Puskesmas Pujer Hasil penelitian menunjukan ini menunjukkan bahwa paling banyak responden kurang Rutin dalam mengkonsumsi tablet Fe sebanyak 10 orang (52,6%) dan mengalami anemia ringan yaitu sebanyak 10 orang (78,9)% sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara tingkat kerutinan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada ibu hami trimester III Desain penelitian observasional dengan pendekatan cross sectional,

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti menyimpulkan bahwa responden yang tidak rutin mengonsumsi tablet tambah darah memiliki resiko lebih tinggi mengalami anemia. Mayoritas dari kelompok ini mengalami anemia, menunjukkan pentingnya konsumsi tablet tambah darah secara konsisten sebagai salah satu upaya pencegahan anemia. Hal ini diperlukan edukasi kesehatan dan peningkatan kerutinan dalam konsumsi tablet tambah darah sangat diperlukan untuk menurunkan angka kejadian anemia.

Berdasarkan hasil penelitian Dari 32 responden yang mengonsumsi tablet tambah darah secara rutin, sebanyak 26 responden (38,8%) tidak mengalami anemia, dan hanya 6 responden (9%) mengalami anemia. Sebaliknya, dari 35 responden yang tidak rutin mengonsumsi tablet tambah darah, hanya 7 responden (10,4%) tidak mengalami anemia, dan 28 responden (41,8%) mengalami anemia.

Temuan ini menunjukkan adanya kesenjangan yang signifikan dalam kejadian anemia antara kelompok ibu hamil yang Rutin dan tidak Rutin dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Perbedaan hanya 1 responden 6 dan 7 yang mengalami anemia meski rutin dan tidak rutin mengonsumsi tablet hal ini tampak kecil secara, tetapi secara proporsional, perbedaannya sangat signifikan 18,8% kejadian anemia pada yang tidak Rutin, dibandingkan hanya 5,6% pada yang Rutin. Kesenjangan ini menguatkan bahwa kerutinan konsumsi tablet tambah darah memiliki hubungan kuat dengan pencegahan anemia.

Menurut Nutbeam yang diperkuat WHO (2021), menjelaskan bahwa kemampuan individu untuk mengakses, memahami, dan menggunakan informasi kesehatan sangat mempengaruhi perilaku kesehatan dan hasil kesehatannya. Health literacy dibagi menjadi tiga tingkat yaitu kemampuan dasar membaca dan memahami informasi kesehatan seperti membaca brosur tablet tambah darah. kemampuan berkomunikasi dan bertanya secara aktif kepada petugas kesehatan. Dan kemampuan untuk mengevaluasi informasi dan membuat keputusan kesehatan secara mandiri.

Peneliti menyimpulkan Terdapat hubungan yang kuat antara kerutinan konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia pada ibu hamil. Ibu hamil yang mengonsumsi tablet tambah darah secara rutin memiliki risiko lebih rendah untuk mengalami anemia dibandingkan yang tidak rutin. Kesenjangan proporsional dalam data menunjukkan bahwa edukasi dan intervensi berbasis peningkatan literasi kesehatan sangat penting untuk mencegah anemia. Dengan demikian, upaya peningkatan pengetahuan, komunikasi, dan keterampilan ibu hamil dalam memahami pentingnya tablet tambah darah harus menjadi prioritas program kesehatan ibu hamil di Puskesmas Tolangohula.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa keteraturan konsumsi tablet tambah darah berperan penting dalam mencegah terjadinya anemia pada ibu hamil. Hasil analisis memperlihatkan adanya hubungan yang signifikan antara konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia. Dengan demikian, tablet tambah darah merupakan salah satu intervensi sederhana namun efektif yang dapat mendukung kesehatan ibu selama kehamilan dan turut berkontribusi pada kesehatan janin.

Disarankan agar institusi pendidikan memanfaatkan temuan ini sebagai bahan rujukan untuk memperkaya materi pembelajaran terkait kesehatan ibu hamil dan pentingnya suplementasi zat besi. Bagi tenaga kesehatan, hasil penelitian ini dapat menjadi dasar dalam merancang edukasi dan promosi kesehatan yang lebih intensif guna meningkatkan keteraturan konsumsi tablet tambah darah pada ibu hamil. Selain itu, bagi peneliti selanjutnya diharapkan melakukan kajian dengan cakupan wilayah yang lebih luas serta menggunakan metode yang memungkinkan pemantauan kadar hemoglobin secara langsung, sehingga gambaran kondisi kesehatan ibu hamil dapat diperoleh secara lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

Ani, Ls. 2017. Buku Saku Anemia Defisiensi Besi Masa Prahamil Dan Hamil. Jakarta: Egc.

Asmin, Elpira, Armando Salulinggi, Christiana Rialine Titaley, And Johan Bension. 2021.

"Hubungan Pengetahuan Dan Kerutinan Ibu Hamil Konsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kejadian Anemia Di Kecamatan Leitimur Selatan Dan Teluk Ambon." Jurnal Epidemiologi Kesehatan Komunitas 6(1): 229–36. Doi:10.14710/Jekk.V6i1.10180.

Astutik, Reni Yuli, And Dwi Ertiana. 2018. Anemia Dalam Kehamilan. Jawa Timur: Cv. Pustaka Abadi.

Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo. 2023. Profil Dinas Kesehatan Tahun 2023. Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo.

Ibrahim, Sm, Proverawati, A. 2017. Nutrisi Janin Dan Ibu Hamil. Yogjakarta: Nuha Medika.

Kadek Primadewi. 2023. "Pentingnya Tablet Zat Besi Dalam Kehamilan." In Rena Cipta Mandiri.

Kemenkes. 2024. Profil Kesehatan Indonesia. Jakarta: Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.

Kurniasih. 2022. "Pengetahuan Ibu Hamil Trimester Iii Tentang Anemia." In Nem.

Martini, Sri. 2023. "Anemia Kehamilan Asuhan Dan Pendokumentasian." In Pekalongan: Nem.

Nurahmawati, Dhewi, And Eko Sri Wulaningtya. 2024. "Hubungan Konsumsi Tablet Tambah Darah Terhadap Kejadian Anemia Gravidarum Pada Ibu Hamil Di Rumah Sakit Tk Iv Dkt Kota Kediri." : 267–72.

Nursalam. 2020. "Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan." In Salemba Medika.

Olii, Nancy, Nurfaizah Alza, Endah Yulianingsih, Nanda Wahyudi, Nurnaningsih Ali Abdul, Yollanda Dwi, And Santi Violentina. 2024. "Aksi Preventif Anemia Pada Ibu Hamil Melalui Edukasi Dan Pemberian Jus Buah Naga." Jurnal Masyarakat Mandiri 8(3): 4–6.

Pratiwi, L., Liswanti, Y., Nawangsari, H., Dayaningsih, D., Fitriani, H., Alfiani, F., &, And A Yulistianingsih. 2022. "Anemia Pada Ibu Hamil." In Jawa Barat: Cv Jejak.

Proverawati, A, Asfuah, S. 2017. Buku Ajar Gizi Untuk Kebidanan. Yogjakarta: Nuha Medika.

Putri, Purnama Eka Sari, Wenny Indah, And Indah Fitri Andini. 2023. "Hubungan Kerutinan Konsumsi Tablet Fe Terhadap Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil." Journal Of Midwifery 11(2): 280–88. Doi:10.37676/Jm.V11i2.5115.

Putri, Y.R & Hastina, E. 2020. "Asuhan Keperawatan Maternitas Pada Kasus Komplikasi Kehamilan, Persalinan Dan Nifas."

Rizawati. 2023. Kerutinan Ibu Hamil Dalam Mengkonsumsi Tablet Tambah Darah. Ed. Safrinal. Sumatera Barat: Cv. Azka Pustaka.

Sunarti, Ayu, And Rismayana. 2024. "Hubungan Kekurangan Energi Kronik (Kek) Dan Kerutinan Konsumsi Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia Di Puskesmas Mamboro Kota Palu." 4: 10953–61.

Verrayanti, Meta, Dwi, Reni. 2020. "Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester Iii Di Puskesmas Mantrijeron Kota Yogyakarta."

Via, E K A, And Putri Ningsih. 2024. "Hubungan Kerutinan Anc Dan Minum Tablet Tambah Darah (Ttd) Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester Iii Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Tahun 2024."

Wasnidar, T. 2017. Buku Saku Anemia Pada Ibu Hamil. Jakarta: Egc.

Who. 2024. World Health Statistics 2024.

Yuni, Ne. 2017. Kelainan Darah. Yogjakarta: Egc.

Zenia Melati, I Gusti Ayu Anggi. 2023. "Gambaran Kerutinan Ibu Hamil Dalam Mengkonsumsi Tablet Zat Besi Di Wilayah Upt Puskesmas Tampaksiring I." At-

Tawassuth: Jurnal Ekonomi Islam Viii(I): 1–19.