

**SKRIPSI**

**PENGARUH KEPATUHAN MENGGOMSUMSI TABLET FE  
DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA IBU HAMIL  
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BANGGAE II**



**ALWIN**

**(B0221302)**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**UNIVERSITAS SULAWESI BARAT**

**MAJENE**

**2025**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

Skripsi dengan judul:

**HUBUNGAN KEPATUHAN MENGOMSUMSI TABLET FE  
DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA IBU HAMIL  
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BANGGAE II**

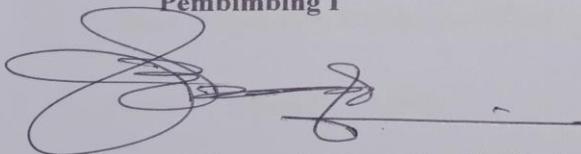
Disusun dan diajukan oleh:

**ALWIN B0221302**

Telah Disetujui Untuk Disajikan Dihadapan Tim Penguji Pada Seminar Hasil Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sulawesi Barat.

**Dewan Pembimbing**

**Pembimbing I**



**(Muhammad Irwan, S. Kep., Ns., M. Kes.)**  
NIDN 098765

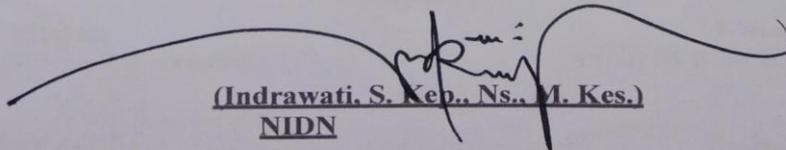
**Pembimbing II**



**(Dr. dr. Hj. Evawaty, M. Kes.)**  
NIDN 0028046210

**Ketua**

**Program Studi S1-Keperawatan**



**(Indrawati, S. Kep., Ns., M. Kes.)**  
NIDN

**UNSULBAR Fakultas Ilmu Kesehatan**

**HALAMAN PENGESAHAN**

Skripsi/Karya tulis ilmiah dengan judul :

**PENGARUH KEPATUHAN MENGGUNAKAN TABLET FE  
DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA IBU HAMIL  
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BANGGAE II**

Disusun dan diajukan oleh:

**ALWIN**

**B0221302**

Telah dipertahankan di hadapan dewan penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sulawesi Barat.

Di tetapkan di Majene tanggal 25 April 2025

**Dewan Penguji**

**Prof. Dr. Muzakir, M.Kes**

(.....)

**Risna Damayanti, S.Kep.,Ns.,M.Kep**

(.....)

**Erviana, S.Kep.,Ns.,M.Kep**

(.....)

**Dewan Pembimbing**

**Muhammad Irwan, S.Kep.,Ns.,M.Kes**

(.....)

**Dr. dr. Hj. Evawaty, M.Kes**

(.....)

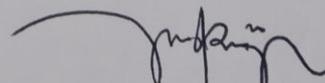
**Mengetahui**

**Dekan  
Fakultas Ilmu Kesehatan**



**Dr. Habibi, S.Kep.,Ns.,M.Kes**

**Ketua  
Prodi S1 Ilmu Keperawatan**



**Indrawati, S.Kep.,Ns.,M.Kes**

## ABSTRAK

Nama : Alwin  
Program Studi : S1 Keperawatan  
Judul : Pengaruh Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Puskesmas Banggae II

**Latar Belakang :** Meningkatnya angka kasus anemia pada ibu hamil menunjukkan tingkat kesehatan yang masih buruk. Anemia pada ibu hamil adalah kurangnya zat besi dalam tubuh, hal ini disebabkan oleh kebutuhan zat besi yang tidak terpenuhi dari unsur makanan. Pemberian Zat besi merupakan salah satu langkah untuk mencegah dan mengatasi terjadinya anemia karena defisit zat besi pada ibu hamil. Tablet zat besi dianjurkan untuk diberikan dan dikonsumsi ibu hamil setiap hari selama masa kehamilannya.

**Tujuan Penelitian :** Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh kepatuhan mengonsumsi tablet Fe dengan Kejadian Anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Banggae II Kabupaten Majene.

**Desain Penelitian :** Penelitian ini menggunakan metode penelitian *deskriptif kolerasi* dengan rancangan *cross sectional*.

**Populasi/Sampling :** Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil yang melakukan kunjungan ke puskesmas banggae II sebanyak 21 orang dengan menggunakan teknik slovin dan dimana data dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon*.

**Hasil :** Hasil penelitian analisis Bivariat diperoleh hasil terdapat hubungan antara kepatuhan mengonsumsi tablet Fe berhubungan secara signifikan dengan kejadian anemia pada ibu hamil ( $p$  value = 0,002).

**Kesimpulan :** dari hasil penelitian didapatkan terdapat pengaruh kepatuhan mengonsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah kerja puskesmas banggae II.

**Kata Kunci :** Kepatuhan, Tablet Fe, Anemia

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar belakang**

Menurut World Health Organization (WHO), angka kematian ibu tetap menjadi isu sangat serius, dengan sekitar 287.000 perempuan meninggal selama atau sesudah melahirkan pada tahun 2020. Pada umumnya dari kasus kematian ibu ini sebenarnya dapat dicegah melalui intervensi medis yang tepat dan akses ke layanan kesehatan yang memadai. Dari tahun 2000 hingga 2020, angka kematian ibu (AKI) global per 100.000 kelahiran hidup mengalami penurunan sekitar 34%. Ini menunjukkan adanya kemajuan yang signifikan dalam upaya peningkatan kesehatan ibu, seperti peningkatan akses ke layanan kesehatan, pendidikan tentang kesehatan reproduksi, dan perbaikan dalam kualitas perawatan selama kehamilan dan persalinan.

Prevalensi global anemia pada ibu hamil tercatat sebesar 41,8%, dan angka yang lebih tinggi lagi terjadi di Asia (48,2%) dan Afrika (57,1%). Di Amerika, prevalensi anemia pada ibu hamil mencapai 24,1%, sedangkan di Eropa 25,1%. Anemia selama kehamilan dipandang sebagai indikator penting dalam menilai keberhasilan pembangunan kesehatan suatu negara dan mencerminkan kemampuan sosial ekonomi masyarakat dalam memenuhi kebutuhan gizi secara memadai, baik dari segi kuantitas maupun kualitas. Mengatasi anemia pada ibu hamil sangat penting untuk menurunkan angka kematian ibu serta meningkatkan kesehatan ibu dan anak. Dengan perbaikan gizi dan intervensi yang tepat, diharapkan dapat memperbaiki kesehatan masyarakat dan mengurangi risiko komplikasi yang dapat membahayakan nyawa ibu dan anak (WHO 2018).

Anemia selama kehamilan merupakan kasus masalah kesehatan yang komprehensif dan signifikan yang dapat memengaruhi hampir setengah dari seluruh wanita hamil. Menurut World Health Organization (WHO), anemia pada kehamilan didefinisikan sebagai kadar hemoglobin (Hb) di bawah 11 g/dl atau hematokrit di bawah 33%. Kondisi ini dapat mengakibatkan berbagai masalah serta berbagai komplikasi, terhadap kondisi kesehatan ibu maupun janin, seperti

peningkatan risiko kelahiran prematur, Berat badan bayi Lahir rendah (BBLR), dan gangguan perkembangan pada bayi. Pusat Pengendalian dan World Health Organization (WHO) juga mengkategorikan anemia berat jika kadar Hbnya kurang dari 7 g/dl, sedangkan anemia sangat berat didefinisikan jika kadar Hbnya di bawah 4 g/dl.

Centers for Disease Control and Prevention (CDC) juga memberikan definisi serupa, menyatakan bahwa anemia pada wanita hamil terjadi ketika kadar Hb di bawah 11 g/dl atau hematokrit di bawah 33% selama trimester 2 dan trimester 3 kehamilan. Pada trimester kedua, kadar Hb yang dianggap anemia adalah di bawah 10,5 g/dl atau hematokrit di bawah 33%. Pentingnya deteksi dini dan upaya penindakan terhadap masalah anemia pada ibu hamil tidak bisa diabaikan.

Anemia pada ibu hamil merupakan isu kesehatan yang sangat serius di Anda. Menurut data dari Kementerian Kesehatan, prevalensi anemia di kalangan ibu hamil masih tergolong tinggi, mencapai sekitar 48,9% pada tahun 2018. Sementara itu, data dari Badan Pusat Statistik juga mengungkapkan bahwa hampir setengah dari ibu hamil mengalami anemia, dengan prevalensi yang meningkat menjadi 48,9%, naik dari 37,1% pada tahun 2013. Selain itu, tercatat sebanyak 73,2% ibu hamil mengonsumsi suplemen tablet zat besi (Fe), sementara 26,8% lainnya tidak mengonsumsinya (Risksdas 2018).

Menurut Profil Kesehatan Sulawesi Barat tahun 2016, terdapat 32.220 ibu hamil di wilayah tersebut. Dari jumlah tersebut, sekitar 30% di antaranya tergolong sebagai ibu hamil berisiko tinggi atau mengalami komplikasi. Kabupaten Majene memiliki cakupan tertinggi dalam penanganan ibu hamil dengan komplikasi, yakni 92,22%, sedangkan Kabupaten Mamuju Tengah memiliki cakupan terendah dengan 15,16%. Selain itu, dilaporkan bahwa 13,68% ibu hamil di Provinsi Sulawesi Barat mengalami anemia (Rosita D 2023).

Prevelensi ibu hamil dengan anemia di Kabupaten Majene tergolong tinggi. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Majene tahun 2024, dari 1.613 ibu hamil yang memeriksakan kadar Hb, sebanyak 288 mengalami anemia. Di antara 11 puskesmas, Puskesmas Banggae II mencatat angka tertinggi, dengan 113 ibu hamil, di mana 61 orang (53,98%) menderita anemia. Angka ini menunjukkan bahwa prevalensi anemia di kalangan ibu hamil di Puskesmas Banggae II masih

cukup tinggi, yang memerlukan perhatian lebih dari pihak terkait untuk meningkatkan kesehatan ibu hamil dan mencegah komplikasi yang dapat timbul akibat anemia.

Anemia terjadi ketika tubuh memiliki kekurangan hemoglobin. Ibu hamil termasuk kelompok yang rentan terhadap anemia, yang bisa mengakibatkan kelahiran prematur, infeksi, bahkan risiko kematian bagi ibu atau janin. Kekurangan zat besi, mineral penting dalam pembentukan hemoglobin, adalah penyebab utama anemia selama kehamilan. Anemia pada ibu hamil sering disebabkan oleh transfusi zat besi dari ibu ke janin, mengakibatkan berkurangnya cadangan zat besi dalam tubuh ibu. Keadaan ini dapat menimbulkan berbagai masalah kesehatan, termasuk risiko persalinan prematur dan berat badan lahir rendah.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Wulandari (2021) berjudul “Dampak Anemia Defisiensi Besi Pada Ibu Hamil,” ditemukan bahwa ibu hamil yang mengalami anemia memiliki risiko pendarahan postpartum yang jauh lebih tinggi, yaitu hingga lima kali lipat dibandingkan dengan ibu hamil yang tidak mengalami anemia. Anemia selama kehamilan menjadi salah satu faktor utama penyebab kematian ibu, terutama yang dipicu oleh pendarahan, persalinan berkepanjangan, serta infeksi. Risiko anemia tidak hanya berdampak pada kesehatan ibu, tetapi juga berpotensi menyebabkan masalah serius bagi janin, seperti pertumbuhan terhambat dan komplikasi saat lahir. Oleh karena itu, penting bagi ibu hamil untuk mendapatkan perhatian medis yang adekuat, termasuk pemeriksaan dan

Untuk mencegah anemia pada ibu hamil, salah satu langkah penanganannya adalah meningkatkan kepatuhan terhadap konsumsi tablet zat besi (Fe). Zat besi merupakan nutrisi krusial yang sangat diperlukan oleh semua sel dalam tubuh manusia, terutama dalam produksi sel darah merah (Citrawati & Lasmi, 2021). Pada saat proses persalinan, ibu memerlukan tambahan 300-350 mg zat besi untuk mengimbangi kehilangan darah yang terjadi (Khoriah & Latifah, 2020). Konsumsi suplemen zat besi secara teratur, bersama dengan pola makan yang kaya akan sumber zat besi menjadi langkah pencegahan yang efektif untuk menjaga kesehatan selama kehamilan (Aprisia, 2022).

Tablet Besi (Fe) atau Tablet Suplemen Darah (TSD) mengandung zat besi dan asam folat. Suplemen ini biasanya dikonsumsi oleh ibu hamil untuk mencegah

anemia defisiensi besi. Suplemen zat besi mendukung pembentukan hemoglobin (Hb) dan membantu memenuhi kebutuhan oksigen bagi ibu dan perkembangan janin. Oleh karena itu, pemenuhan suplemen zat besi menjadi bagian penting dalam memelihara kesehatan selama masa kehamilan. Hemoglobin berfungsi untuk membawa oksigen dari paru-paru ke seluruh jaringan tubuh, sementara zat besi juga berkontribusi dalam pembentukan mioglobin, protein yang membantu mengangkut oksigen ke otot. Selain itu, zat besi terlibat dalam sintesis kolagen, yang merupakan bagian penting dari tulang, tulang rawan, dan jaringan ikat, serta berbagai enzim yang diperlukan dalam proses metabolisme tubuh (Ariyati,. 2023).

Perilaku kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet suplemen zat besi (Fe) sangat penting untuk mencegah dan mengobati anemia selama masa kehamilan. Kepatuhan ini didefinisikan sebagai konsumsi satu tablet Fe setiap hari selama 90 hari, sesuai rekomendasi tenaga kesehatan. Anemia pada ibu hamil dapat menyebabkan berbagai risiko serius bagi kesehatan ibu dan janin, termasuk komplikasi persalinan dan gangguan perkembangan bayi. Dengan mematuhi anjuran tersebut, ibu hamil dapat meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah, yang mendukung kesehatan mereka serta memastikan pertumbuhan optimal bagi janin.

Untuk meningkatkan kepatuhan ini, edukasi dan dukungan dari tenaga kesehatan sangat diperlukan. Tenaga kesehatan harus memberikan informasi yang jelas tentang manfaat suplemen zat besi dan konsekuensi dari ketidakpatuhan. Pengukuran kepatuhan terhadap asupan zat besi dilakukan dengan mempertimbangkan ketepatan asupan harian, cara konsumsi, dan frekuensi konsumsi. Selain itu, pemantauan berkala dapat membantu memastikan bahwa ibu hamil mematuhi anjuran yang diberikan. Dengan pendekatan yang tepat, diharapkan angka kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet suplemen Fe dapat meningkat, sehingga risiko anemia dan komplikasi selama kehamilan dapat diminimalkan.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, maka peneliti menuliskan rumusan masalah dalam penelitian ini, yaitu “Bagaimana Pengaruh Kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe dengan Kejadian Anemia Pada Ibu hamil di Wilaya Kerja Puskesmas Banggae II?”.

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Diketuainya pengaruh kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas banggae II.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- a. Diketuainya nilai Hb sebelum diberikan tablet Fe
- b. Diketuainya nilai Hb setelah diberikan tablet fe
- c. Diketuainya pengaruh kepatuhan dengan kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Banggae II

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Bagi Penulis**

Memperluas wawasan dan pengetahuan, serta menambah pengalaman baru adalah hal yang sangat berharga bagi peneliti. Proses penelitian memberikan kepuasan tersendiri, memungkinkan penulis untuk mengaktualisasikan ilmu yang telah diperoleh dan menerapkannya dalam konteks nyata, sehingga meningkatkan pemahaman dan kemampuan dalam bidang yang diteliti.

### **1.4.2 Bagi Pengembangan Ilmu**

Hasil penelitian ini kiranya dapat dijadikan referensi dan sumber informasi bagi peneliti selanjutnya.

### **1.4.3 Bagi Pelayanan Kesehatan**

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan informasi edukasi dan meningkatkan pemahan tambahan bagi petugas kesehatan mengenai kepatuhan konsumsi tablet Fe serta hubungannya dengan kejadian anemia pada ibu hamil. Dengan demikian, diharapkan dapat meningkatkan kesadaran dan upaya pencegahan anemia, serta mendukung kesehatan ibu dan janin.

#### 1.4.4 Bagi Masyarakat

Memberikan informasi kepada masyarakat mengenai pengaruh kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada ibu hamil khususnya di wilayah Kerja Puskesmas Banggae II.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Tinjauan Teori Anemia pada Ibu Hamil**

##### **2.1.1 Pengertian Anemia pada Ibu hamil**

Menurut penelitian Pratiwi et al. (2022), anemia selama kehamilan menjadi ancaman serius bagi kondisi kesehatan ibu dan anak. Anemia ditandai dengan penurunan kadar hemoglobin, hematokrit, dan jumlah sel darah merah yang di bawa normal, sehingga penderita mengalami rendahnya kadar sel darah merah atau hemoglobin. Kondisi ini dapat berdampak pada berbagai komplikasi, baik bagi ibu maupun janin.

Berbagai faktor berkontribusi terhadap terjadinya anemia, termasuk kekurangan zat besi, asam folat, dan vitamin B12. Di antara penyebab tersebut, kekurangan zat besi adalah yang paling umum, sering kali akibat pola makan yang tidak seimbang atau kehilangan darah. Oleh karena itu, penting bagi ibu hamil untuk menjaga asupan nutrisi yang cukup guna mencegah anemia, serta melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin selama masa kehamilan untuk memastikan kesehatan ibu dan perkembangan janin yang optimal.

Kondisi anemia akibat kekurangan zat besi menghambat pemenuhan kebutuhan zat besi yang esensial untuk produksi sel darah merah. Anemia ini dapat dikenali melalui sel darah merah yang bersifat mikrositik (berukuran kecil) dan hipokromik (kurang pewarnaan), yang menunjukkan rendahnya kadar hemoglobin di dalam sel darah merah. Penanganan anemia yang tepat sangat penting untuk menjaga kesehatan ibu dan janin selama masa kehamilan.

Anemia pada ibu hamil dapat menimbulkan berbagai konsekuensi berbahaya, seperti peningkatan risiko komplikasi saat persalinan, pertumbuhan janin terhambat, dan bahkan kematian. Oleh karena itu, penting bagi ibu hamil untuk menjalani pemeriksaan kesehatan secara rutin, mendapatkan asupan zat besi yang cukup melalui makanan atau suplemen, serta mengikuti saran medis guna mencegah dan mengatasi anemia demi kesehatan ibu dan perkembangan janin yang optimal.

Penelitian oleh Dewi et al., (2021), menjelaskan bahwa anemia terjadi ketika jumlah sel darah merah dan hemoglobin dalam darah tidak mencukupi

kebutuhan tubuh. Selama kehamilan, anemia disebabkan oleh beberapa faktor, termasuk faktor fisiologis, usia kehamilan, dan kondisi kesehatan ibu. Pada usia kehamilan 24 minggu, volume plasma darah mencapai puncaknya dan terus meningkat hingga minggu ke-37. Peningkatan volume plasma ini menyebabkan penurunan konsentrasi hemoglobin, sehingga ibu hamil berisiko mengalami anemia. Oleh karena itu, pemantauan dan penanganan anemia sangat penting untuk kesehatan ibu dan janin selama masa kehamilan.

Zat besi dan asam folat sangat penting bagi pertumbuhan janin, sehingga wanita hamil berisiko mengalami kekurangan zat besi. Meski ibu hamil mengonsumsi suplemen zat besi, anemia tetap bisa terjadi jika cadangan zat besi dalam tubuhnya rendah. Kenaikan kebutuhan zat besi selama kehamilan sering kali sulit dipenuhi hanya dengan suplemen. Jika asupan nutrisi lainnya tidak mencukupi, hal ini dapat berkontribusi pada terjadinya anemia. Oleh karena itu, penting bagi ibu hamil untuk menjaga pola makan seimbang yang mencakup sumber zat besi dan asam folat agar kesehatan ibu dan janin tetap terjaga.

### **2.1.2 Faktor risiko anemia pada ibu hamil**

Kekurangan zat besi (Fe) merupakan salah satu faktor utama penyebab anemia pada wanita hamil. Anemia defisiensi zat besi adalah jenis anemia yang paling umum terjadi di kalangan ibu hamil, disebabkan oleh kurangnya pasokan zat besi yang diperlukan untuk memproduksi sel darah merah yang sehat. Selama kehamilan, kebutuhan zat besi meningkat signifikan karena ibu tidak hanya harus memenuhi kebutuhannya sendiri, tetapi juga kebutuhan janin yang sedang berkembang.

Kondisi anemia defisiensi zat besi dapat berdampak negatif pada kesehatan ibu dan janin, meningkatkan risiko komplikasi selama kehamilan dan persalinan, seperti kelahiran prematur, berat badan lahir rendah, serta gangguan perkembangan janin. Oleh karena itu, penting bagi ibu hamil untuk memperhatikan asupan zat besi melalui diet yang seimbang, termasuk konsumsi makanan yang kaya zat besi. Kesadaran akan pentingnya zat besi dalam mendukung kesehatan ibu dan perkembangan janin dapat membantu mengurangi risiko anemia selama kehamilan. Dengan memperhatikan asupan

zat besi secara tepat, ibu hamil dapat menjaga kesehatan dirinya dan memberikan dukungan yang optimal bagi janinnya.

Penelitian oleh Afriyanti (2020) mengidentifikasi faktor risiko penyebab anemia pada ibu hamil, dengan paritas sebagai salah satu penyebab yang signifikan. Ibu hamil yang memiliki paritas tinggi, yaitu yang telah melahirkan tiga kali atau lebih, berisiko lebih tinggi menderita anemia. Hal ini disebabkan oleh terjadinya peningkatan kebutuhan nutrisi selama kehamilan yang sering kali tidak terpenuhi. Nutrisi yang tidak mencukupi dapat memengaruhi ibu dan janin, sehingga penting bagi ibu hamil, terutama yang memiliki paritas tinggi, untuk mendapatkan asupan gizi yang seimbang dan cukup. Penelitian ini menyoroti perlunya perhatian lebih terhadap kesehatan ibu hamil dalam konteks ini. Pendidikan juga berkontribusi sebagai faktor risiko terjadinya anemia, dan mereka yang berpendidikan lebih rendah cenderung lebih berisiko tinggi mengalami anemia karena kurangnya pemahaman tentang gizi dan kesehatan selama kehamilan. Selain itu, keadaan ekonomi juga berpengaruh signifikan terhadap meningkatnya anemia pada ibu hamil. Faktor ekonomi yang kurang cukup juga dapat menghambat akses terhadap makanan yang bergizi dan layanan medis yang diperlukan untuk mencegah terjadinya anemia.

### **2.1.3 Patofisiologis anemia pada ibu hamil**

Pengenceran darah (hemodilusi) pada wanita hamil adalah fenomena fisiologis yang signifikan, yang terjadi sebagai respons terhadap peningkatan volume plasma sekitar 30% hingga 40%. Selama kehamilan, peningkatan ini disertai dengan peningkatan sel darah merah sekitar 18% hingga 30% dan hemoglobin hingga 19%. Proses ini bertujuan untuk mengurangi beban kerja jantung dan memastikan aliran darah yang memadai ke janin. Hemodilusi dimulai pada usia kehamilan 10 minggu dan mencapai puncaknya pada minggu ke-24, yang merupakan fase penting di trimester kedua. Selama periode ini, kebutuhan metabolisme ibu dan janin meningkat pesat, sehingga adaptasi ini sangat penting. Peningkatan volume darah membantu dalam memenuhi kebutuhan oksigen dan nutrisi janin, serta mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Selain itu, hemodilusi juga berperan dalam menjaga kesehatan ibu selama kehamilan. Dengan meningkatkan volume

plasma, tubuh ibu dapat lebih efektif dalam mengatasi perubahan tekanan darah dan mempertahankan keseimbangan cairan, yang penting untuk mencegah komplikasi. Oleh karena itu, hemodilusi merupakan bagian penting dari adaptasi fisiologis yang terjadi selama kehamilan (Reeder et al., 2019).

Berdasarkan penelitian Palupi et al. (2016), patofisiologi anemia pada ibu hamil melibatkan beberapa faktor, seperti perubahan hematologi, peredaran darah, serta peningkatan pertumbuhan plasenta dan payudara selama masa kehamilan. Hipervolemia adalah kondisi di mana volume plasma meningkat, sehingga mengakibatkan pengenceran darah yang berlebihan yang tidak seimbang dengan kenaikan plasma. Kondisi ini dapat menurunkan kadar hemoglobin.

#### **2.1.4 Manifestasi Klinis anemia pada ibu hamil**

Ibu hamil dengan anemia sering mengalami gejala lemas, letih, pusing, energi rendah, dan penglihatan kabur.

#### **2.1.5 Komplikasi anemia pada ibu hamil**

Anemia adalah kondisi medis yang dapat menurunkan kekuatan sistem imun, menjadikan penderitanya lebih rentan terhadap infeksi. Selain itu, anemia memaksa jantung untuk bekerja lebih keras dalam memompa darah, yang dapat menyebabkan kelelahan dan berbagai masalah kesehatan lainnya. Penanganan yang tepat sangat penting untuk mencegah komplikasi serius yang terkait dengan kondisi ini. Bagi ibu hamil, anemia yang tidak diobati dapat berakibat fatal. Risiko kematian ibu meningkat, dan kondisi ini juga dapat membahayakan janin. Anemia dapat menyebabkan bayi lahir dengan berat badan rendah dan mengganggu perkembangan organ tubuh, termasuk otak.

Anemia juga meningkatkan risiko komplikasi saat melahirkan, yang dapat berpengaruh pada keselamatan ibu dan bayi. Oleh karena itu, penting bagi wanita hamil untuk menjalani pemeriksaan kesehatan secara rutin dan mendapatkan asupan gizi yang cukup, termasuk zat besi, untuk menjaga kesehatan mereka dan perkembangan janin. Penanganan dini terhadap anemia selama kehamilan dapat membantu memastikan kesehatan ibu dan anak (Syaifula, 2019).

Komplikasi anemia saat melahirkan antara lain penurunan kemampuan

mengejan, perdarahan postpartum sekunder, dan atonia uteri. Hanafiah (2020), mengemukakan bahwa komplikasi anemia nifas dapat berupa infeksi nifas, penyembuhan luka yang lambat, dan pendarahan. Di sisi lain, Manuba (2020), menemukan bahwa ibu pasca melahirkan yang mengalami anemia berisiko lebih tinggi mengalami komplikasi seperti subinvolusi rahim yang dapat menyebabkan perdarahan pasca melahirkan, peningkatan kemungkinan infeksi pasca melahirkan, dan penurunan produksi ASI risiko lebih tinggi mengalami dekompensasi jantung mendadak setelah melahirkan. Peningkatan risiko persalinan dan infeksi payudara.

#### **2.1.6 Pencegahan anemia pada ibu hamil**

Penelitian yang dilakukan oleh Mirwanti et al. (2021) menunjukkan bahwa pencegahan dan pengobatan anemia pada ibu hamil dapat dilakukan melalui berbagai pendekatan. Salah satu pendekatan yang efektif adalah dengan mengonsumsi tablet zat besi (Fe) secara rutin. Selain itu, penting juga untuk meningkatkan asupan makanan bergizi yang kaya akan nutrisi, seperti sayuran hijau, daging, dan biji-bijian. Pendekatan ini tidak hanya membantu meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah, tetapi juga berkontribusi pada kesehatan ibu dan janin. Dengan pemenuhan gizi yang baik, diharapkan risiko anemia pada ibu hamil dapat diminimalkan, sehingga mendukung kehamilan yang sehat.

Selain itu, edukasi kesehatan tentang anemia sangat penting dan terbukti efektif dalam menurunkan angka kejadian anemia di kalangan ibu hamil. Edukasi ini mencakup informasi tentang penyebab, gejala, dan cara pencegahan anemia, sehingga ibu hamil lebih sadar akan pentingnya menjaga kesehatan mereka dan anak yang sedang dikandung. Dengan langkah-langkah ini, risiko anemia dapat diminimalkan secara signifikan. Tingkat pengetahuan dan sikap seseorang mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap perilaku kesehatan. Mendapatkan informasi yang cukup dapat membantu ibu hamil mencegah anemia. Edukasi pencegahan anemia meningkatkan pengetahuan dan kesadaran sehingga ibu hamil dapat melakukan berbagai upaya pencegahan, seperti istirahat yang cukup, mengonsumsi makanan bergizi, melakukan pemeriksaan kehamilan minimal empat kali, dan makan secara

teratur. Hal ini merupakan inisiatif penting untuk mengubah dunia lebih baik. Selama kehamilan, minum 90 tablet Fe selama kehamilan.

Menurut Podjoyo et al. (2021), ibu hamil disarankan untuk mengonsumsi makanan yang kaya akan zat besi, Selain itu, sangat penting bagi ibu hamil untuk mengutamakan makanan yang dapat meningkatkan penyerapan zat besi. Contohnya, konsumsi vitamin C melalui buah-buahan segar atau jus jeruk dapat membantu penyerapan zat besi dari makanan. Ibu hamil juga dianjurkan untuk mengonsumsi sumber protein, seperti ikan dan daging, yang dapat memberikan nutrisi penting bagi kesehatan ibu dan perkembangan janin. Sebaliknya, ibu hamil sebaiknya menghindari makanan dan minuman yang dapat menghambat penyerapan zat besi, seperti teh dan kopi.

## **2.2 Konsep Dasar Kehamilan**

### **2.2.1 Pengertian kehamilan**

Kehamilan merupakan salah satu dari tiga fase dalam siklus kehidupan seorang wanita, yang ditandai oleh perubahan hormonal yang signifikan. Fase pertama adalah masa remaja, di mana terjadi pertumbuhan hingga mencapai usia subur. Fase kedua adalah masa kehamilan, yang berlangsung selama periode reproduksi. Fase ketiga adalah menopause. Kehamilan diartikan sebagai proses fertilisasi, yaitu saat sperma bertemu dengan sel telur, yang kemudian dilanjutkan dengan proses implantasi. Secara umum, kehamilan normal berlangsung dari proses pembuahan hingga kelahiran bayi, dengan durasi sekitar 40 minggu atau 9 bulan (Martini et al., 2023).

Kehamilan merupakan suatu proses alami yang terjadi pada wanita, diawali dengan ovulasi atau pelepasan sel telur, dilanjutkan dengan pergerakan sperma dan sel telur, sehingga terjadilah pembuahan, dan perkembangan zigot yang telah dibuahi. Selain itu, proses ini meliputi penemuan atau implantasi sel telur yang telah dibuahi pada dinding rahim, pembentukan plasenta, dan pertumbuhan janin hingga mencapai usia kehamilan matang yang layak untuk dilahirkan (Lilieik, 2024).

Kehamilan merupakan proses penggabungan antara sperma dan ovum yang terjadi di dalam rahim wanita sebelum kelahiran anak. Proses ini dihitung mulai dari hari pertama menstruasi terakhir dan berlangsung selama

40 minggu.

### 2.2.2 Kebutuhan gizi ibu hamil

Ibu hamil harus memenuhi kebutuhan nutrisinya untuk tumbuh kembang janinnya. Jika pola makan sehari-hari seorang ibu hamil tidak mengandung cukup nutrisi yang dibutuhkannya, maka akan berdampak pada janin dalam kandungannya dan ibu itu sendiri.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Priska (2019), menuliskan beberapa kebutuhan gizi yang harus dikonsumsi ibu selama masa kehamilan adalah sebagai berikut:

#### a. Energi

Selain kebutuhan energi ibu, pertumbuhan dan perkembangan janin juga membutuhkan energi. Total kebutuhan energi selama masa kehamilan mencapai sekitar 80.000 Kkal, dengan tambahan 300 Kkal yang diperlukan setiap harinya. Pada trimester pertama, asupan kalori Anda meningkat hingga minimal 2000 Kkal per hari. Selanjutnya, pada trimester kedua, kebutuhan kalori bertambah untuk mendukung peningkatan volume darah, pertumbuhan rahim dan payudara, serta akumulasi lemak. Di sisi lain, pada trimester ketiga, diperlukan lebih banyak kalori untuk mendukung pertumbuhan janin dan plasenta.

#### b. Protein

Pada trimester pertama dan kedua kehamilan, kebutuhan protein ibu hamil meningkat menjadi kurang lebih 6 gram per hari. Sementara itu, pada trimester ketiga, kebutuhan protein ini meningkat menjadi sekitar 10 gram per hari. Peningkatan kebutuhan protein ini sangat penting untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan janin, serta menjaga kesehatan ibu. Protein berfungsi sebagai komponen utama dalam pembentukan jaringan tubuh, termasuk jaringan otot dan organ janin. Ibu hamil dapat memenuhi kebutuhan protein ini melalui berbagai sumber makanan. Sumber protein hewani, seperti daging merah, ikan, telur, dan susu, kaya akan asam amino esensial yang diperlukan tubuh. Selain itu, protein juga bisa diperoleh dari sumber nabati, seperti tahu, tempe, dan berbagai jenis kacang. Mengonsumsi

berbagai sumber protein sangat dianjurkan untuk memastikan asupan nutrisi yang seimbang selama masa kehamilan.

c. Lemak

Lemak memiliki peranan krusial dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan janin selama kehamilan. Sebagai sumber kalori utama, lemak memberikan energi yang dibutuhkan ibu dan janin. Selain itu, lemak juga berperan dalam pembentukan jaringan plasenta, yang penting untuk pertukaran nutrisi antara ibu dan janin. Selama trimester ketiga kehamilan, kadar lemak dalam tubuh ibu meningkat, membantu memenuhi kebutuhan energi yang lebih tinggi saat menjelang persalinan. Dengan demikian, konsumsi lemak yang sehat sangat penting untuk memastikan kesehatan ibu dan janin selama kehamilan, serta mendukung proses pertumbuhan yang optimal.

d. Karbohidrat

Karbohidrat merupakan sumber utama kalori tambahan yang krusial bagi pertumbuhan dan perkembangan janin selama kehamilan. Sumber karbohidrat kompleks, seperti roti, sereal, nasi, dan pasta, sangat dianjurkan karena kaya akan vitamin dan mineral. Selain itu, karbohidrat kompleks dicerna lebih lambat, sehingga memberikan energi yang stabil dan mencegah lonjakan gula darah. Konsumsi karbohidrat yang tepat dapat mendukung kesehatan ibu dan janin, serta memastikan kebutuhan nutrisi selama masa kehamilan terpenuhi. Oleh karena itu, penting bagi ibu hamil untuk memilih sumber karbohidrat yang sehat demi mendukung pertumbuhan optimal janin dan menjaga kesejahteraan mereka sendiri.

e. Vitamin

Perempuan hamil memerlukan asupan vitamin yang lebih tinggi dibandingkan perempuan yang tidak hamil, karena vitamin sangat penting untuk perkembangan embrio dan pembentukan janin di dalam rahim. Selama masa kehamilan, kebutuhan akan nutrisi esensial meningkat untuk mendukung kesehatan ibu dan janin. Beberapa vitamin yang sangat dibutuhkan meliputi asam folat, yang membantu

mencegah cacat lahir, serta vitamin A, B, C, dan D, yang berperan dalam pertumbuhan sel, sistem kekebalan tubuh, dan kesehatan tulang. Oleh karena itu, penting bagi perempuan hamil untuk memastikan asupan vitamin yang cukup demi kesehatan mereka dan perkembangan optimal janin.

f. Zat besi

Zat besi berperan penting dalam pembentukan hemoglobin di sel darah merah, yang mengangkut oksigen ke seluruh jaringan tubuh. Tanpa cukup zat besi, produksi hemoglobin akan terhambat, menyebabkan anemia dan mengurangi kemampuan tubuh untuk mendapatkan oksigen yang diperlukan, sehingga berdampak negatif pada kesehatan secara keseluruhan. Dengan memenuhi kebutuhan zat besi, kesehatan ibu dan janin dapat terjaga, mendukung perkembangan yang optimal dan mengurangi risiko komplikasi selama kehamilan.

g. Kalsium

Ibu hamil memerlukan asupan kalsium yang cukup untuk mendukung kesehatan diri dan janin. Kalsium berperan penting dalam transmisi sinyal saraf, kontraksi otot, sekresi hormon, serta kontraksi dan pelebaran pembuluh darah. Selain itu, kalsium sangat penting untuk perkembangan tulang dan gigi janin. Kebutuhan kalsium bagi ibu hamil diperkirakan sekitar 1000 mg per hari. Dengan memenuhi kebutuhan kalsium, dapat meningkatkan kesehatan ibu dan janin serta terjaga dengan baik selama dalam kehamilan. Jika kebutuhan kalsium tidak terpenuhi, dapat mengakibatkan risiko kesehatan bagi ibu dan bayi, seperti osteoporosis atau kelainan pertumbuhan pada janin.

**Tabel 2.1**

Angka kecukupan energi, protein, lemak, karbohidrat, serat dan air ibu hamil yang dianjurkan (per orang per hari)

	Energi (kkal)	Protein (g)	Lemak (g)			Karbohidrat (g)	Serat (g)	Air (ml)
			Total	Omeg	Omega			

				a 3	6			
Trimes ter I	+180	+1	+2.3	+0.3	+2	+25	+3	+300
Trimes ter II	+300	+10	+2.3	+0.3	+2	+40	+4	+300
Trimes ter III	+300	+30	+2.3	+0.3	+2	+40	+4	+300

Sumber Peraturan Kementerian Kesehatan RI Angka Kecukupan Gizi  
(2019)

## 2.3 Tinjauan Teori Tablet Fe

### 2.3.1 Pengertian tablet Fe

Tablet Fe mengandung 200 mg ferrous per tablet, yang setara dengan 60 mg unsur besi. Selain itu, setiap tablet juga mengandung 0,25 mg asam folat. Suplemen ini dirancang untuk membantu mengatasi kekurangan zat besi dan mendukung kesehatan tubuh. Tablet Fe sangat bermanfaat bagi individu yang membutuhkan tambahan suplemen besi, seperti wanita hamil, menyusui, atau mereka yang mengalami anemia. Dengan dosis yang tepat, tablet ini dapat membantu mengoptimalkan konsentrasi zat besi dalam darah dan mengurangi risiko defisiensi zat besi. Penting untuk mengikuti anjuran penggunaan dan berkonsultasi dengan tenaga medis jika diperlukan (Ningrum, 2019).

Tablet Fe adalah mikroelemen penting yang dibutuhkan oleh tubuh untuk pembentukan darah, terutama dalam sintesis hemoglobin (Hb). Zat memiliki fungsi yang krusial dalam pembentukan sel darah merah, yang berfungsi untuk mengangkut oksigen ke seluruh jaringan tubuh. Masalah penghambat penyerapan zat besi menjadi salah satu perhatian khusus bagi ibu hamil, yang lebih rentan mengalami kekurangan zat besi akibat peningkatan kebutuhan selama kehamilan. Pencegah masalah kesehatan ini, ibu hamil disarankan untuk rutin mengonsumsi tablet zat besi. Suplementasi ini dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah, mendukung kondisi kesehatan ibu dan serta janin, dan mencegah risiko anemia.

Tablet Fe adalah suplemen darah yang dirancang untuk menanggulangi masalah anemia akibat kurangnya kadar Hb pada ibu kehamilan. Setiap ibu hamil akan diberikan tablet Fe sesuai dengan trimester

kehamilan masing-masing, atau setidaknya 90 tablet selama periode kehamilan.

Tablet Fe, jika dikonsumsi secara teratur, dapat berperan dalam pencegahan dan penanganan anemia yang diakibatkan oleh kekurangan nutrisi. Untuk ibu hamil, manfaat tablet Fe mencakup peningkatan status gizi secara cepat serta penurunan risiko kekurangan zat besi yang dapat mengakibatkan anemia.

Perawatan selama kehamilan sangat penting karena volume darah meningkat hingga 25% selama periode ini. Hal ini juga penting bagi bayi untuk meningkatkan cadangan darahnya. Untuk penyerapan zat besi, dimulai dengan meminum tablet zat besi segera setelah mengetahui kehamilan, dan usahakan untuk mengonsumsi setidaknya 90 tablet selama kehamilan (Waryana, 2020).

Pembentukan sel darah merah, dalam darah dapat dilakukan dengan mengonsumsi suplemen tablet Fe, sehingga dapat menghindari terjadinya anemia khususnya pada ibu hamil. Anemia defisiensi zat besi dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan terhadap ibu dan janin dalam kandungan. Beberapa komplikasi yang bisa terjadi yaitu termasuk pertumbuhan terhambat pada janin. Dan peningkatan risiko persalinan prematur.

### **2.3.2 Efek samping tablet Fe pada ibu hamil**

Tablet Fe dapat menyebabkan efek samping ringan yang umumnya tidak berbahaya, seperti ketidaknyamanan perut, mual, sembelit, dan tinja berwarna hitam. Efek samping ini biasanya dapat dikelola dengan beberapa langkah. Selain itu, penting untuk mengonsumsi buah-buahan kaya serat, seperti pisang, jeruk, dan pepaya, bersamaan dengan suplemen ini. Buah-buahan tersebut dapat membantu meringankan sembelit dan meningkatkan pencernaan, sehingga ibu hamil dapat merasa lebih nyaman selama masa kehamilan. Pastikan untuk berkonsultasi dengan dokter sebelum memulai suplemen apa pun (Gilang, 2020).

Temuan Mardhiati et al. (2022) menunjukkan bahwa responden mengalami berbagai efek samping akibat konsumsi tablet Fe. Efek samping

yang dilaporkan dari konsumsi tablet Fe pada ibu hamil meliputi mual dan muntah (60,3%), sembelit (31,0%), pusing (17,2%), diare (10,3%), dan sakit perut (1,7%). Keberadaan efek samping ini berdampak negatif terhadap kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet Fe secara rutin. Ketidaknyamanan yang ditimbulkan oleh efek samping tersebut dapat mengurangi niat ibu hamil untuk melanjutkan konsumsi tablet, yang pada akhirnya mempengaruhi kesehatan ibu dan janin. Oleh karena itu, perlu strategi untuk mengurangi efek samping ini demi meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet Fe.

### 2.3.3 Risiko kekurangan zat besi pada ibu hamil

Zat besi memiliki peranan yang sangat penting bagi ibu hamil, terutama dalam pembentukan dan pemeliharaan sel darah merah. Sel darah merah yang cukup memastikan sirkulasi oksigen yang optimal, yang esensial untuk metabolisme nutrisi yang dibutuhkan oleh ibu. Asupan zat besi yang memadai sejak awal kehamilan sangat krusial, karena zat besi ini tidak hanya mendukung kesehatan ibu, tetapi juga digunakan untuk pertumbuhan janin. Sebagian dari zat besi ini disimpan sebagai cadangan hingga enam bulan setelah bayi lahir.

Dalam penelitian Wulandari et al (2021), risiko kekurangan zat besi pada ibu hamil diidentifikasi sebagai faktor yang dapat menyebabkan berbagai dampak negatif, baik bagi ibu maupun bayi. Beberapa risiko yang diungkapkan dalam penelitian meliputi:

1. Kelahiran Prematur dan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR): Anemia defisiensi besi berhubungan dengan tingginya angka kelahiran prematur dan bayi dengan berat badan lahir rendah
2. Komplikasi Kesehatan Ibu: Ibu hamil yang mengalami anemia memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami komplikasi seperti preeklamsia, solusio plasenta, dan gagal jantung. Selain itu, anemia dapat menyebabkan kelelahan, pucat, dan kinerja kerja yang kurang optimal.
3. Kebutuhan Transfusi Darah: Anemia dapat meningkatkan kehilangan cadangan darah selama persalinan, yang berpotensi meningkatkan

kebutuhan transfusi darah.

4. Dampak pada Perkembangan Mental Anak: Kekurangan zat besi selama kehamilan dapat mempengaruhi perkembangan otak janin, yang berpotensi menyebabkan gangguan belajar dan memori pada anak di kemudian hari.
5. Risiko Persalinan dengan Operasi Caesar: Kejadian anemia pada trimester I dan II berisiko lebih tinggi untuk mengalami persalinan dengan metode sesar.

Ibu hamil yang mengalami defisiensi zat besi tidak hanya berisiko untuk kesehatan dirinya sendiri, tetapi juga dapat berdampak serius pada janin yang dikandungnya. Defisiensi ini dapat menyebabkan masalah pertumbuhan janin, berpotensi melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR), serta meningkatkan risiko perdarahan baik sebelum maupun setelah melahirkan. Selain itu, ibu hamil yang kekurangan zat besi juga menghadapi risiko kematian yang lebih tinggi, yang tentunya berdampak negatif pada kesehatan dan keselamatan mereka. Bayi yang dilahirkan dari ibu dengan defisiensi zat besi cenderung lebih rentan terhadap berbagai masalah kesehatan, termasuk infeksi. Mereka juga dapat mengalami kekurangan gizi, yang dapat mengganggu perkembangan fisik dan mentalnya. Oleh karena itu, penting bagi ibu hamil untuk memperhatikan asupan zat besi melalui makanan atau suplemen yang direkomendasikan oleh tenaga medis. Dengan meningkatkan asupan zat besi, risiko kesehatan bagi ibu dan bayi dapat diminimalkan, sehingga mendukung kehamilan yang sehat dan kelahiran yang optimal. Penanganan yang tepat dan kesadaran akan pentingnya nutrisi selama kehamilan adalah kunci untuk mencegah masalah serius yang dapat terjadi akibat defisiensi zat besi. Kondisi ini menunjukkan pentingnya perawatan prenatal yang memadai untuk mengurangi risiko tersebut dan memastikan kesehatan ibu serta bayi ( Waryana 2022).

## **2.4 Konsep Dasar Kepatuhan**

### **2.4.1 Pengertian kepatuhan**

Menurut kemenkes RI, kepatuhan adalah perilaku yang muncul dari hasil interaksi pasien dengan petugas kesehatan. Dimana kepatuhan akan terjadi ketika pasien memahami dan mau melakukan rencana yang telah disepakati.

Kepatuhan merupakan perilaku yang terjadi sebagai hasil interaksi antara tenaga kesehatan dengan pasien untuk memastikan bahwa pasien memahami, menyetujui, dan melaksanakan rencana pengobatan serta segala konsekuensinya (Wahyuni, 2019). Kepatuhan diukur dari sejauh mana individu mengikuti anjuran mengenai konsumsi obat, pola makan, dan perubahan gaya hidup sesuai rekomendasi penyedia layanan kesehatan. Tingkat kepatuhan yang tinggi sangat penting untuk memastikan efektivitas pengobatan dan perawatan kesehatan. Dengan mematuhi anjuran tersebut, individu dapat meningkatkan kualitas hidup serta kesehatan secara keseluruhan.

Kepatuhan juga berkontribusi pada keberhasilan terapi, mengurangi risiko komplikasi, dan mendukung proses pemulihan. Oleh karena itu, perhatian terhadap kepatuhan sangat diperlukan dalam mencapai hasil kesehatan yang optimal dan memastikan bahwa perawatan yang diberikan dapat memberikan manfaat maksimal bagi pasien. Dalam hal ini, kepatuhan ibu hamil terhadap asupan zat besi merupakan bentuk kepatuhan yang didasari oleh kesadaran mengonsumsi suplemen zat besi setiap hari sesuai petunjuk dari tenaga medis (Wahyuni, 2019).

Menurut Kusumasari (2021), kepatuhan dalam mengonsumsi tablet zat besi dapat diukur dari:

1. Ibu hamil pada trimester III disarankan mengonsumsi minimal 90 tablet zat besi selama masa kehamilan. Jika dibagi per trimester, maka setidaknya ibu hamil perlu mengonsumsi 30 tablet zat besi di setiap trimester. Konsumsi yang tepat penting untuk mendukung kesehatan ibu dan perkembangan janin. Ibu hamil pada trimester III disarankan mengonsumsi minimal 90 tablet zat

besi selama masa kehamilan. Jika dibagi per trimester, maka setidaknya ibu hamil perlu mengonsumsi 30 tablet zat besi di setiap trimester. Konsumsi yang tepat penting untuk mendukung kesehatan ibu dan perkembangan janin.

2. Cara tepat mengonsumsi tablet zat besi adalah dengan meminumnya menggunakan air putih, disertai buah kaya vitamin C, sumber protein hewani, dan sayuran. Ibu hamil sebaiknya tidak mengonsumsi tablet zat besi bersamaan dengan teh atau kopi untuk menghindari penurunan efektivitas penyerapan zat besi dalam tubuh.
3. Frekuensi yang tepat untuk mengonsumsi tablet Fe adalah satu tablet zat besi setiap hari sepanjang kehamilan, atau setidaknya 90 tablet dari trimester I hingga trimester III.

#### **2.4.2 Faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan**

##### **1. Pengetahuan**

Informasi mengenai anemia dapat meningkatkan kesadaran ibu terhadap kondisi ini. Pengetahuan yang baik tentang anemia dan manfaat zat besi sangat krusial untuk menilai kepatuhan ibu dalam mengonsumsi suplemen selama kehamilan. Dengan demikian, peningkatan pengetahuan ibu mengenai tablet zat besi dapat berkontribusi positif terhadap kesehatan ibu dan janin, serta mengurangi risiko anemia selama masa kehamilan (Yunita, 2019).

##### **2. Motivasi**

Motivasi merupakan salah satu alasan untuk melakukan suatu tindakan yang ada dalam diri seseorang. Motivasi merupakan kondisi internal yang mendorong individu untuk melakukan perilaku tertentu, sehingga mereka dapat mencapai tujuan yang diinginkan terkait kesehatan dan kesejahteraan selama kehamilan. Oleh karena itu, semakin tinggi motivasi seorang ibu hamil, semakin besar kepatuhannya dalam mengonsumsi tablet zat besi (Wayan, M 2020).

##### **3. Dukungan keluarga**

Dukungan dari keluarga berperan penting dalam mendorong ibu

hamil untuk rutin mengonsumsi suplemen zat besi. Sering kali para ibu lupa meminum tablet zat besi secara rutin atau berhenti meminumnya jika tidak mendapat dukungan dari anggota keluarga dan orang terdekat. Dukungan ini sangat penting bagi ibu hamil, mengingat tablet zat besi perlu diminum dalam jangka waktu yang lama (Zainab, 2022).

#### 4. Kunjungan ANC

Ibu hamil menerima suplemen zat besi selama pemeriksaan Antenatal Care (ANC). Seiring bertambahnya usia kehamilan, peluang ibu untuk berkunjung ke fasilitas kesehatan dan mendapatkan suplemen besi semakin besar. Oleh karena itu, diharapkan semakin sering ibu hamil melakukan kunjungan ANC, kepatuhan mereka dalam mengonsumsi suplemen besi juga akan meningkat (Fitri, 2020).

#### 5. Efek samping tablet Fe

Beberapa ibu hamil melaporkan mengalami efek samping setelah mengonsumsi tablet Fe, seperti mual dan muntah, yang dianggap sebagai penyebab utama rendahnya kepatuhan dalam penggunaannya. Hal ini membuat beberapa ibu enggan untuk melanjutkan konsumsi tablet tersebut (Tamara, 2021). Untuk itu, tenaga kesehatan perlu memberikan penjelasan bahwa mual merupakan efek samping ringan dari tablet Fe yang biasanya akan berkurang seiring berjalannya waktu.

### 2.4.3 Penyebab kepatuhan

Menurut Yunika (2021), tidak patuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet besi disebabkan oleh kekhawatiran mengenai pertumbuhan bayi yang terlalu besar serta kurangnya pemahaman tentang pentingnya asupan zat besi. Di samping itu, efek samping yang tidak menyenangkan seperti mual, muntah, dan pusing setelah mengonsumsi tablet besi juga berkontribusi pada masalah ini. Penyebab lain adalah minimnya pemahaman ibu hamil tentang risiko anemia bagi kesehatan mereka dan bayi (Weta S, 2022).

Ketidakpatuhan dalam mengonsumsi tablet Fe selama kehamilan dapat menyebabkan komplikasi saat persalinan, seperti lemahnya dorongan

menggejan, perdarahan postpartum sekunder, dan atonia uteri. Hanafiah (2020) menyatakan bahwa anemia selama masa nifas dapat menyebabkan komplikasi seperti infeksi puerperium, luka yang sulit sembuh, dan perdarahan. Sementara itu, Manuba (2020) mengemukakan bahwa ibu yang mengalami anemia pada masa nifas memiliki risiko tinggi untuk mengalami komplikasi, seperti subinvolusi uteri, yang dapat menyebabkan perdarahan setelah melahirkan, meningkatkan risiko infeksi postpartum, mengurangi produksi ASI, terjadinya dekompensasi cordis mendadak setelah persalinan, serta meningkatkan kemungkinan infeksi payudara. Selain itu, bayi juga berisiko mengalami berat badan lahir rendah (BBLR) dan kelahiran prematur.

#### **2.4.4 Pengaruh Kepatuhan terhadap kejadian Anemia**

##### **2.4.4**

#### **2.4.5 Teori Peplau perilaku kepatuhan ibu hamil**

Teori Peplau, yang dikenal sebagai teori hubungan interpersonal, dapat diterapkan untuk memahami kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet Fe. Teori ini menyoroti pentingnya hubungan antara perawat dan pasien serta bagaimana interaksi tersebut memengaruhi perilaku kesehatan pasien.

Dalam konteks penelitian Sari & Djannah (2020), beberapa poin relevan dari teori Peplau adalah:

##### **1. Peran Perawat**

Perawat berperan penting dalam memberikan edukasi dan konseling kepada ibu hamil mengenai pentingnya konsumsi tablet Fe. Ketika perawat mampu menjalin hubungan yang baik dan penuh kepercayaan, ibu hamil cenderung lebih patuh terhadap rekomendasi tersebut.

##### **2. Proses Interpersonal**

Teori Peplau menekankan bahwa interaksi antara perawat dan pasien dapat membantu pasien memahami kondisi kesehatan mereka dengan lebih baik. Ibu hamil yang menerima informasi yang jelas serta dukungan emosional dari perawat cenderung lebih patuh dalam

mengonsumsi tablet Fe.

### 3. Kepatuhan dan Motivasi

Teori ini juga menunjukkan bahwa motivasi untuk mematuhi anjuran kesehatan dapat dipengaruhi oleh hubungan interpersonal. Ibu hamil yang merasa mendapat dukungan dan pemahaman dari tenaga kesehatan cenderung lebih termotivasi untuk mengikuti anjuran konsumsi tablet Fe, sehingga risiko anemia dapat berkurang.

### 4. Pendidikan Kesehatan

Melalui pendidikan kesehatan yang efektif, perawat dapat membantu ibu hamil memahami dampak anemia serta manfaat mengonsumsi tablet Fe, sehingga meningkatkan kepatuhan mereka.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hidayati et al (2021) Dalam konteks penelitian ini, beberapa aspek dari teori Peplau dapat diidentifikasi;

#### 1. Hubungan Interpersonal

Teori Peplau menekankan pentingnya hubungan antara perawat dan pasien. Dalam penelitian ini, interaksi antara ibu hamil dan tenaga kesehatan, seperti bidan, memainkan peran penting dalam meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet Fe. Konseling yang efektif serta dukungan emosional dari tenaga kesehatan dapat membantu ibu hamil memahami manfaat tablet Fe dan mengatasi kemungkinan efek samping yang muncul.

#### 2. Peran Pendidikan

Peplau juga menekankan pentingnya pendidikan dalam hubungan terapeutik. Dalam penelitian ini, ibu hamil yang memiliki pemahaman yang baik tentang manfaat tablet Fe cenderung lebih patuh dalam mengonsumsinya. Oleh karena itu, edukasi mengenai pentingnya tablet Fe dan cara mengatasi efek samping seperti mual dapat meningkatkan tingkat kepatuhan.

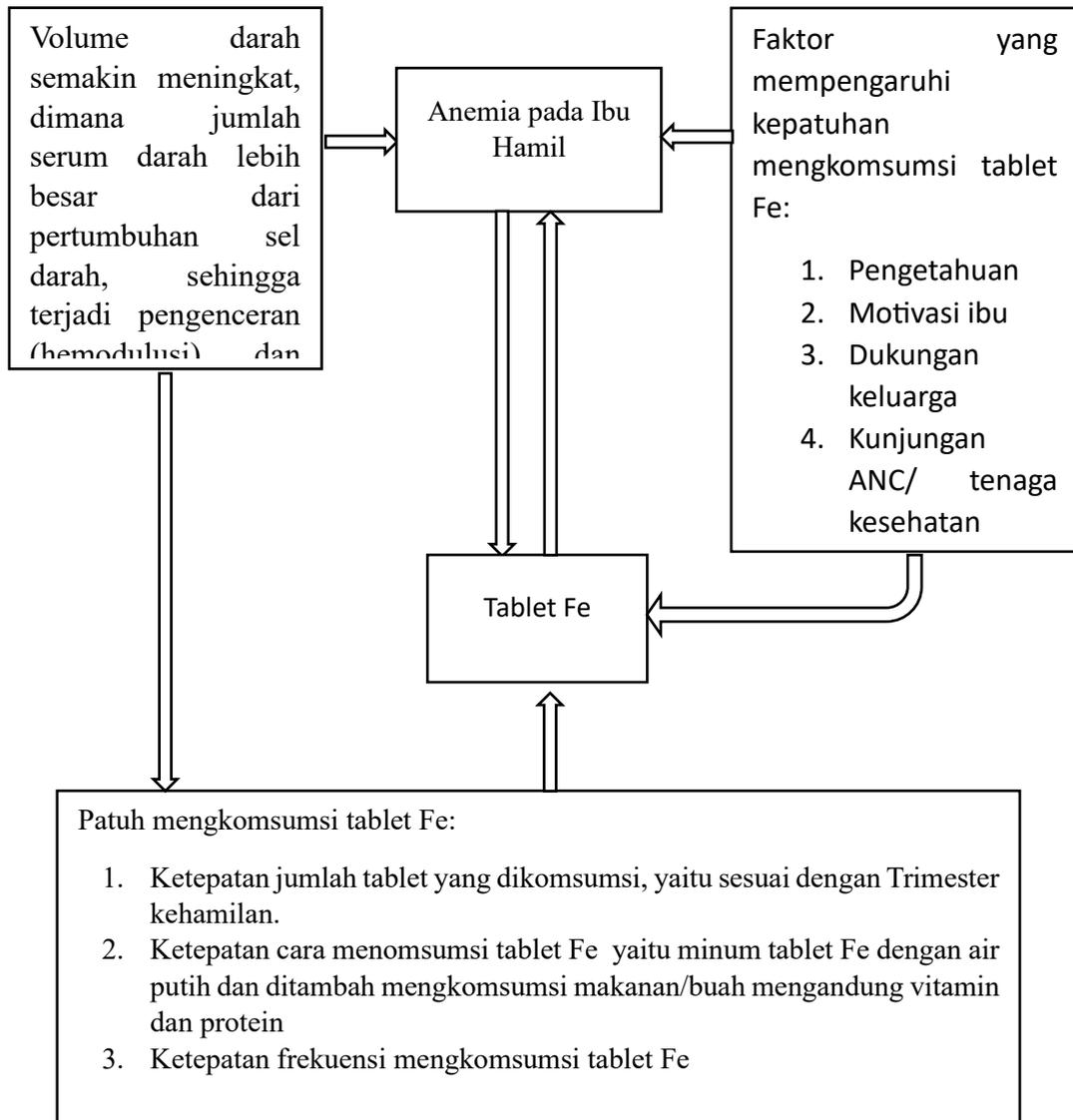
#### 3. Dukungan Keluarga

Teori Peplau menekankan pentingnya dukungan sosial, termasuk

dari keluarga, dalam mempengaruhi kesehatan individu. Dalam penelitian ini, dukungan dari suami dan anggota keluarga terbukti sangat berperan dalam membantu ibu hamil mematuhi konsumsi tablet Fe, meskipun mereka mengalami efek samping. Keberadaan dukungan emosional dan praktis dari orang terdekat memberikan motivasi tambahan bagi ibu hamil untuk tetap menjaga kesehatan selama kehamilan. Dengan dukungan ini, ibu hamil merasa lebih termotivasi dan didukung dalam upaya memenuhi kebutuhan nutrisi yang penting, yang pada gilirannya dapat berkontribusi pada kesehatan ibu dan janin secara keseluruhan.

Dengan demikian, penerapan teori Peplau dalam konteks kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet Fe menunjukkan bahwa hubungan yang baik antara ibu hamil dan tenaga kesehatan sangat penting untuk meningkatkan kepatuhan pada ibu demi kesehatan ibu dan janinnya.

## 2.5 Kerangka Teori



Gambar 2.1 Kerangka Teori

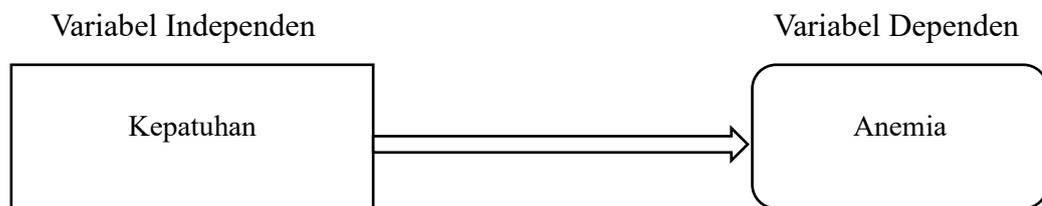
Sumber: (Reede, dkk 2019); (Gilang 2020); (Fitri 2020);  
(Tamara 2021); (Zainab 2022); Kusumasari (2021).

## BAB III

### KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS PENELITIAN

#### 3.1 Kerangka Konsep

Kerangka konsep adalah sebuah konsep yang berfungsi sebagai dasar pemikiran dalam bidang ilmu. Kerangka ini disusun berdasarkan penjelasan yang terdapat dalam tinjauan pustaka.



Gambar 3.1 Kerangka Konsep

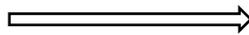
Keterangan:



: Variabel Independen



: Variabel Dependen



: garis Penghubung yang Mempengaruhi

#### 3.2 Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah pernyataan sementara mengenai suatu masalah penelitian yang kebenarannya masih diragukan dan perlu diuji melalui metode empiris. (Yuliawan, 2021).

Hipotesis: Ada pengaruh kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Banggae II.

## DAFTAR PUSTAKA

- Mayasari, E. L., Tini, T., & Astuti, D. R. (2023). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe Pada Ibu Hamil Anemia Di Wilayah Kerja Puskesmas Tanah Kuning Tahun 2023. *Aspiration of Health Journal*, 1(3), 404-415.
- Ariyanti, U. (2023). Penyuluhan Kesehatan Tentang Manfaat Konsumsi Tablet Fe Pada Ibu Hamil Di Namorambe Kabupaten Deli Serdang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 1(10), 2401-2404.
- Rustan, H., & Kartini, S. (2024). Pola Konsumsi Tablet Ferros (FE) Pada Ibu Hamil Yang Mengalami Kekurangan Energi Kronik (KEK) Di Puskesmas Kurra Kabupaten Tana Toraja. *JURNAL RISET RUMPUN ILMU KESEHATAN*, 3(1), 58-69
- Mariani Ivensia Mauk, PO5303240200463. *Asuhan Kebidanan berkelanjutan pada Ny. YS G1P0A0 Dengan Anemia Ringan Dipustu Labat Tanggal 27 Desember 2022 s/d Dengan 04 Anda 2023 di Pustu Labat*. Diss. Poltekkes Kemenkes Kupang, 2023.
- Lutfita, Salsa Minggar, and Pramita Yuli Pratiwi. "HUBUNGAN ANTARA TINGKAT PENGETAHUAN DENGAN KEPATUHAN PENGGUNAAN TABLET TAMBAH DARAH PADA IBU HAMIL DI PUSKESMAS JAMBUKULON KABUPATEN KLATEN." *Medical Journal of Nusantara* 2.1 (2023): 32-37.
- Rosadi, E., Fithriyani, F., & Hidayat, M. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Abortus Di RSUD Raden Mattaher Provinsi Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 8(2), 224-231.
- Wulandari, A. F., Sutrisminah, E., & Susiloningtyas, I. (2021). Literature Review: Dampak Anemia Defisiensi Besi Pada Ibu Hamil. *Jurnal Ilmiah PANNMED (Pharmacist, Analyst, Nurse, Nutrition, Midwifery, Environment, Dentist)*, 16(3), 692-698.
- ROSITA, DEVI. *HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN USIA IBU HAMIL DENGAN KEJADIAN ANEMIA DI WILAYAH PUSKESMAS KATUMBANGAN LEMO*. Diss. UNIVERSITAS SULAWESI BARAT, 2023.

- Wulandari, Anjar Fifi, Emi Sutrisminah, and Is Susiloningtyas. "Literature review: dampak anemia defisiensi besi pada ibu hamil." *Jurnal Ilmiah PANNMED (Pharmacist, Analyst, Nurse, Nutrition, Midwifery, Environment, Dentist)* 16.3 (2021): 692-698.
- Safitri, Safitri. "Pendidikan Kesehatan tentang Anemia kepada Ibu Hamil." *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)* 2.2 (2020): 94-99.
- Fajrin, Fitriana Ikhtiarinawati. "Kepatuhan konsumsi zat besi (Fe) terhadap kejadian anemia pada ibu hamil." *Window of Health: Jurnal Kesehatan* (2020): 336-342.
- Sari, Senja Atika, Nuri Lutfiatil Fitri, and Nia Risa Dewi. "Hubungan usia dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Kota Metro." *Jurnal Wacana Kesehatan* 6.1 (2021): 23-26.
- Adhelna, Shella, Elka Halifah, and Dara Ardhia. "Hubungan Kejadian Kurang Energi Kronis (KEK) Dengan Anemia Pada Ibu Hamil." *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan* 6.1 (2022).
- Kurniasih, Utami, I. T., Fitriana, & Puspita, L. (2020). Hubungan Kekurangan Energi Kronis (KEK) dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di UPT Puskesmas Srimulyo Souh Kabupaten Lampung Barat Tahun 2020. 2(1), 61–67.
- Nova, D., & Irawati, M. (2021). Hubungan Konsumsi Tablet Fe Pada Ibu Hamil Dengan Kejadian Anemia. *Menara Medika*, 3(2).
- Pratiwi, L., KM, M., Yane Liswanti, M., Nawangsari, H., ST, S., Keb, M., ... & Ners, H. F. (2022). *Anemia Pada Ibu Hamil*. CV Jejak (Jejak Publisher).
- Mardhiati, Retno, Virnia Putri Afriliany, and Nia Musniati. "Hubungan Karakteristik, Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil Dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe di Klinik Karawaci Medika Kota Tangerang Provinsi Banten Tahun 2022." *Jurnal Formil (Forum Ilmiah) Kesmas Respati*. Vol. 7. Anda. 3. 2022.
- Sari, Larasajeng Permata, and Siti Nur Djannah. "Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Pada Ibu Hamil: Compliance With Tablet Fe Consumption In Pregnant Women." *Quality: Jurnal Kesehatan* 14.2 (2020): 113-118.

- Afriyanti, Detty. “Faktor risiko yang berhubungan dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Kota Bukittinggi.” *Menara Ilmu: Jurnal Penelitian dan Kajian Ilmiah* 14.1 (2020).
- Martini, Sri, Rosmala Kurnia Dewi, and Mingle A. Pistanty. *Anemia Kehamilan: Asuhan dan Pendokumentasian*. Penerbit NEM, 2023.
- Citrawati & Laksmi (2021). Hubungan pengetahuan ibu Hamil Tentang ANC Terhadap Kunjungan ANC Di Puskesmas Tampaksiring II. *Jurnal of Sriwijaya Nursing*.
- Palupi, Fitria Hayu, and Yeni Anggraini. “Pemeriksaan Hemoglobin Test Strip Guna Mengidentifikasi Anemia Pada Ibu Hamil di Klinik Mitra Husada Karanganyar.” *Jurnal Ilmiah Maternal* 1.01 (2016).
- B. Aprisia, and D. Simbolon, “KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH KAITANNYA DENGAN BERAT LAHIR BAYI DI Anda,” *Journal of Nutrition College*, vol. 11, Anda. 4, pp. 294-302, Oct. 2022  
<https://www.siloamhospitals.com/informasi-siloam/artikel/anemia-pada-ibu-hamil>
- Minasi, Ayu, et al. “Faktor yang mempengaruhi kejadian anemia pada ibu hamil.” *Open Access Anda Journal of Health Sciences* 1.2 (2021): 57-63.
- Tupriliany Danefi, S. S. T. “Literature review anemia dan kurang energi kronik (KEK) pada ibu hamil sebagai salah satu faktor penyebab stunting pada bayi balita.” *JURNAL SEMINAR NASIONAL*. Vol. 2. Anda. 01. 2020.
- Zuiatna, Dian. “Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian anemia pada ibu hamil.” *JKM (Jurnal Kebidanan Malahayati)* 7.3 (2021): 404-412.
- Sukmawati, Sukmawati, et al. “Anemia kehamilan dan faktor yang mempengaruhi: studi korelasi.” *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada: Jurnal Ilmu-ilmu Keperawatan, Analis Kesehatan dan Farmasi* 21.1 (2021): 43-53.
- Yunita-Anggraini, Desi, Rr Catur Leny Wulandari, and Atika Zahria Arisanti. “Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kepatuhan Ibu Hamil dalam Mengonsumsi Tablet Fe: Literature Review.” *Oksitosin: Jurnal Ilmiah Kebidanan* 9.2 (2022): 131-141.
- Hara, Jihan Fitra, Adik Wibowo, and Puput Oktamianti. “Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Anemia Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas.” *Journals of Ners Community* 13.6 (2022): 841-856.

- Tampubolon, Rifatolistia, Jeanita Fernanda Lasamahu, and Bagus Panuntun. "Identifikasi Faktor-Faktor Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Kecamatan Amahai Kabupaten Maluku Tengah: Identification of the Factors of Anemia in Pregnant Women in Amahai District, Central Maluku Regency." *Jurnal Sains Dan Kesehatan* 3.4 (2021): 489-505.
- Nurbaety, B., Nopitasari, B. L., & Pamungkas, C. E. (2022). Pengaruh kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Karang Pule 2019. *Jurnal Ilmu Kefarmasian Anda*, 20(1), 44-48.