

## HUBUNGAN KEPATUHAN IBU HAMIL MENGGONSUMSI TABLET Fe DENGAN KEJADIAN ANEMIA : *LITERATURE REVIEW*

**Angela Lovendra Naingalis<sup>1</sup>, Odilia Esem<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup> Prodi Kebidanan Universitas Citra Bangsa, Indonesia

Email : [angelinahibur@gmail.com](mailto:angelinahibur@gmail.com), [odilia.esem@yahoo.com](mailto:odilia.esem@yahoo.com)

### ABSTRACT

*Anemia in pregnancy is an indirect cause of death for pregnant women in Indonesia. Consumption of Fe tablets during pregnancy is an effort to prevent anemia. The purpose of this study was to provide an overview of the relationship between adherence to consuming Fe tablets and the incidence of anemia. In this study the authors used the literature review method. The database used in this study used the Garuda Portal and Google Scholar from 2015-2023 with the keywords used being pregnant women, consumption of fe tablets, anemia. Based on 5 articles about the relationship between adherence to consuming Fe tablets and the incidence of anemia, it was found that there was a significant influence between adherence to consuming Fe tablets and the incidence of anemia in pregnant women. The conclusion of this review of the literature review was that there was a significant influence between the adherence of pregnant women consuming Fe tablets to the incidence of anemia.*

**Keywords : Pregnant women, Fe Tablets Consumption, Anemia**

### PENDAHULUAN

Untuk membangun suatu bangsa perlu untuk mempersiapkan generasi baru yang kuat dan sehat. Kualitas sumber daya manusia di masa yang akan datang perlu diperhatikan pada masa kehamilan, karena pertumbuhan seorang anak dipengaruhi oleh keadaan janin pada saat berada dalam kandungan. Dengan demikian ibu hamil diharapkan untuk menjaga kesejateraan supaya tumbuh kembang janin bisa lebih optimal yaitu dengan menjaga asupan gizi seimbang (Hani & Ummu, 2018).

Permasalahan gizi pada ibu hamil dapat menyebabkan anemia pada ibu hamil. Biasanya bayi dengan kelahiran Berat

Badan Lahir Rendah (BBLR) maupun prematur dipengaruhi oleh ibu hamil yang menderita anemia berat.

Berdasarkan data rekapan WHO tahun 2017 kematian ibu di negara berkembang sebanyak 40% disebabkan anemia pada ibu hamil, 34% dikarenakan eklamsia, 26 % karena penyakit serta 12% dipengaruhi oleh infeksi (Danur & Dwi, 2018).

Menurut data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, di Indonesia tercatat sebanyak 48,9% jumlah keseluruhan anemia pada ibu hamil dan angka ini bertambah jika dibandingkan dengan data Riskesdas tahun 2013 yaitu

hanya mencakup 37,1%. Pada tahun 2018 cakupan ibu hamil yang mengonsumsi tablet Fe yang sesuai dengan aturan 90 butir yaitu sebanyak 38,1% sedangkan yang tidak mencukupi 90 butir sebanyak 61,9% (Kemenkes, 2018).

Salah satu cara dari pemerintah Indonesia untuk menurunkan serta menanggulangi terjadinya anemia pada kehamilan adalah dengan wajib mendapatkan 90 tablet Fe selama kehamilan. Upaya preventif untuk menanggulangi anemia pada ibu hamil yang dipengaruhi oleh asam folat dan defisiensi zat besi yaitu dengan adanya suplementasi tablet Fe. Tablet Fe mengandung 60 mg zat besi elemental serta 400 mcg asam folat (Kemenkes & MCAI, 2015).

Upaya pencegahan anemia yang seringkali dilakukan adalah Program Suplementasi Besi, selain itu upaya lain yakni dengan metode komunikasi, informasi maupun edukasi tentang jenis makanan yang mengandung zat besi. Namun beberapa langkah tersebut belum bisa mengatasi masalah anemia pada ibu hamil dikarenakan kepatuhan ibu hamil untuk mengonsumsi tablet Fe masih sangat minim. (Utomo & Dkk, 2016)

Ibu hamil diharapkan untuk taat

maupun patuh dalam mengonsumsi tablet Fe untuk setiap harinya. Seorang ibu hamil dikatakan patuh mengonsumsi tablet Fe dapat diukur dari jumlah maupun ketepatan cara mengonsumsi tablet Fe serta frekuensi konsumsi setiap harinya. Strategi ini diharapkan bisa menambah intake Fe namun dapat berhasil apabila ibu hamil patuh dan taat sesuai dengan aturan konsumsinya. Ada beberapa faktor yang menyebabkan rendahnya tingkat kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet Fe antara lain disebabkan oleh sulit mengingat aturan minum, dana tidak mencukupi untuk membeli suplemen secara teratur serta dipengaruhi oleh efek samping mengonsumsi tablet Fe yaitu gangguan pada lambung bagi sebagian ibu hamil. Adapun metode yang lain untuk menambah kepatuhan mengonsumsi tablet Fe pada ibu hamil yaitu melalui edukasi tentang pendidikan atau pengetahuan yang berkaitan dengan pentingnya tablet Fe serta efek samping apabila tidak patuh mengonsumsi tablet Fe. (Ani LS, 2017).

Penelitian yang dilakukan Adilesteri, W pada tahun 2017 dengan judul Hubungan Kepatuhan Ibu Hamil Mengonsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Anemia di Puskesmas Mantrijeron Yogyakarta. Dari penelitian yang dilakukan mendapatkan

hasil kejadian anemia pada ibu hamil disebabkan kurangnya kepatuhan ibu hamil mengkonsumsi tablet Fe. Secara garis besar anemia pada ibu hamil disebabkan karena kelalaian atau ketidakpatuhan ibu hamil dalam mengkonsumsi zat besi. Apabila seorang ibu hamil patuh dan taat mengkonsumsi tablet Fe sesuai dengan aturan yang ditetapkan selain itu juga bisa didukung dengan asupan nutrisi yang cukup dan berasal dari makanan yang dikonsumsi ibu hamil dapat mencegah adanya resiko terjadinya anemia pada kehamilan.

Berdasarkan data yang terdapat dari latar belakang serta diperkuat dengan hasil penelitian sebelumnya dan dengan harapan bisa memberikan solusi supaya mencegah terjadinya anemia kehamilan maka penulis tertarik untuk melakukan *review* jurnal yang berjudul Hubungan Kepatuhan Ibu Hamil Mengkonsumsi Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia.

## **METODE**

Pada penelitian ini penulis menggunakan beberapa referensi jurnal yang sudah dipublikasikan internet dari database Portal Garuda dan Google Scholar menggunakan kata kunci *pregnant woman/ibu hamil, fe tablet consumption/konsumsi*

*tablet fe, anemia/ anemia* serta penerbitan jurnal dalam rentang waktu tahun 2015-2023 dengan menggunakan jurnal yang *full text*. Setelah peneliti mendapatkan beberapa jurnal yang sesuai dengan kata kunci kemudian dilakukan seleksi/pemilihan jurnal sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Dimana dalam penelitian ini kriteria inklusi diambil dari beberapa jurnal kesehatan yang sesuai dengan kata kunci, rentang tahun terbit jurnal mulai dari tahun 2015-2023 serta yang tersedia *full text sedangkan* kriteria eksklusi yang digunakan yakni jurnal penelitian dengan topik permasalahan yang tidak berhubungan dengan kepatuhan ibu hamil mengkonsumsi tablet fe dengan kejadian anemia, jurnal penelitian yang terbitnya sebelum tahun 2015 dan jurnal yang tidak bisa diakses dengan text lengkap.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Dari penelusuran yang dilakukan peneliti menggunakan database Portal Garuda dan Google Scholar ditemukan sebanyak 2015 jurnal yang sesuai dengan kata kunci *pregnant woman/ibu hamil, fe tablet consumption/konsumsi tablet fe, anemia/ anemia*, 28 jurnal ditemukan

sesuai dengan judul penelitian kemudian 15 jurnal dikeluarkan karena tidak ditemukan artikel yang lengkap, sehingga tersisa 13 jurnal *full text* dilakukan asssamen kelayakan terdapat 8 jurnal *full text* dieksklusi karena duplikasi dan tidak sesuai kriteria inklusi sehingga 5 jurnal *full text* dilakukan review.

Hasil penelitian yang dilakukan pada lima jurnal yang dilakukan review, menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kepatuhan ibu hamil mengkonsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia. Menurut data dari WHO mengatakan kadar hemoglobin justru lebih banyak didapatkan oleh ibu hamil yang mendapatkan suplementasi zat besi. Bagi ibu hamil yang mengkonsumsi zat besi pada trimester satu kehamilan atau pada awal kehamilan bisa menurunkan resiko kematian bayi dibandingkan pada trimester selanjutnya jadi sangat diharapkan suplement zat besi didapatkan ibu pada awal kehamilan. Tablet Fe harus selalu diberikan pada masa kehamilan karena dengan demikian bisa mencegah terjadinya anemia pada kehamilan, diharapkan bisa memberikan suatu gambaran bahwa kebutuhan zat besi tidak hanya didapatkan

dari pola diet melainkan harus mengkonsumsi tablet Fe selama masa kehamilan. Ibu hamil yang mengkonsumsi tablet Fe dengan teratur dan patuh mengkonsumsi tablet Fe selama kehamilan bisa mencegah terjadinya hal hal yang tidak diinginkan (Dhiny, 2016).

Penelitian pertama ditulis oleh Larasejang & Sitti (2020) dari hasil review, terdapat hubungan bermakna antara kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Kotagede II Yogyakarta.

Penelitian kedua ditulis oleh Roza & Widyawati (2022) dari hasil diperoleh  $p$ -value adalah 0,024, kemudian dilakukan pengujian dimana  $p$ -value adalah  $0,024 < 0,05$ , sehingga dapat diketahui bahwa hipotesis ( $H_0$ ) ditolak, dari hasil analisis terdapat hubungan antara kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada ibu hamil.

Penelitian ketiga yang diteliti oleh Raimundus & Hidayati (2019) analisis menggunakan regresi logistik ganda, dari beberapa variabel yang diuji yaitu hanya variabel kepatuhan saja yang terdapat memiliki hubungan dengan kejadian anemia dengan ( $p < 0,05$ , OR 5,096).

Dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa resiko anemia pada ibu hamil dapat

terjadi 5,096 kali apabila ibu hamil tidak patuh mengkonsumsi tablet Fe dibandingkan pada ibu hamil yang patuh, dengan demikian ibu hamil sangat diwajibkan untuk mengkonsumsi tablet Fe selama kehamilan.

Penelitian keempat ditulis oleh Fiqriah Dkk (2018) dengan hasil uji statistik menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna antara kepatuhan mengonsumsi tablet Fe ( $p=0,000$ ) dengan status anemia pada ibu hamil usia kehamilan  $\geq 36$  minggu.

Penelitian kelima ditulis oleh Yustina & Muthmainah (2016) dengan hasil penelitian Ada hubungan kepatuhan minum tablet Fe dengan status anemia ibu di Puskesmas Grabag II Kabupaten Magelang dengan nilai  $p < 0,000$  ( $0,000 < 0,05$ ) dan hubungan cukup kuat yaitu nilai Koefisien Kontinjensi 0,556.

### **Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe**

Dari beberapa artikel yang didapatkan penulis yang meneliti tentang hubungan kepatuhan mengonsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada ibu hamil bahwa sebagian besar hasil penelitian menjelaskan bahwa ibu hamil yang patuh/taat mengonsumsi tablet Fe selama kehamilan tidak mengalami anemia

selama kehamilan. Kunci utama dari berhasilnya ibu hamil terhadap rencana pencegahan anemia adalah dengan patuh dan taat dalam mengonsumsi tablet zat besi selama proses kehamilan.

Faktor - faktor yang menyebabkan ibu hamil tidak patuh mengonsumsi tablet Fe biasanya karena dipengaruhi oleh pengetahuan ibu hamil, dukungan keluarga, dukungan dari tenaga kesehatan, jumlah kunjungan selama kehamilan serta faktor usia. Ibu hamil dikatakan patuh mengonsumsi tablet Fe selama kehamilan apa bila ibu hamil rutin untuk mengikuti anjuran yang diberikan petugas kesehatan, seperti ketepatan cara mengonsumsi tablet Fe sehingga tidak menghambat penyerapannya dalam tubuh serta jumlah tablet yang diminum perhari. Peluang terjadinya anemia kehamilan itu biasanya karena dipengaruhi oleh ibu hamil yang tidak mengikuti bagaimana ketentuan yang baik dan benar cara mengonsumsi tablet Fe yang diberikan oleh petugas kesehatan (Atika Dkk., 2022).

Berdasarkan hasil review jurnal dari penelitian Damayanti (2017) terdapat hubungan yang signifikan antara kepatuhan mengonsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia dalam kehamilan

dengan didapatkan nilai OR 8,107. Semakin ibu hamil tidak patuh mengkonsumsi tablet Fe maka semakin besar peluang terjadinya anemia dalam kehamilan. Penelitian lain dengan judul Hubungan Kepatuhan Ibu Hamil Mengonsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Anemia Di Desa Pageraji Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas mendapatkan hasil bahwa antara kepatuhan ibu mengkonsumsi tablet fe dengan kejadian anemia memiliki hubungan yang signifikan.

Setelah peneliti melakukan review dari beberapa jurnal yang terpilih serta didukung oleh referensi dapat disimpulkan bahwa pencegahan anemia pada ibu hamil dilakukan dengan cara patuh dan taat mengkonsumsi tablet Fe.

#### **Anemia Pada Ibu Hamil**

Setelah penulis melakukan review jurnal sebagai besar jurnal menampilkan bahwa kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe sangat besar pengaruhnya untuk mencegah terjadinya anemia pada ibu hamil. Dapat disimpulkan bahwa maraknya kasus anemia dalam kehamilan disebabkan karena kelalaian ibu dalam mengkonsumsi tablet Fe selama masa kehamilan. Karena apabila ibu hamil tidak teratur dalam

mengonsumsi tablet Fe maka semakin besar kemungkinan terjadinya anemia.

Disamping patuh dan taat mengkonsumsi tablet Fe hendaknya ibu hamil juga melakukan pola hidup sehat karena anemia pada kehamilan sangat berbahaya pada janin dalam kandungan. Sayur – sayuran hijau, daging, hati serta produk olahan susu merupakan makanan yang wajib dikonsumsi ibu hamil untuk mencegah terjadinya anemia defisiensi besi. Untuk membantu memperlancar penyerapan tablet Fe dalam tubuh ibu hamil bisa mengkonsumsi vitamin C, sedangkan ibu hamil diharapkan untuk menghindari makanan yang mengandung kafein contohnya kopi/teh dalam jumlah yang banyak karena minuman tersebut bisa menghambat proses penyerapan tablet Fe dalam tubuh, dengan demikian ibu hamil sangat tidak dianjurkan untuk mengkonsumsi tablet Fe bersamaan dengan minuman yang mengandung kafein.(Wiwit & Tri, 2012).

Ada beberapa efek samping apabila terjadinya anemia pada kehamilan seperti berat badan kurang, plasenta previa, eklamsia serta KPD. Apabila ibu melahirkan dengan kondisi anemia maka ibu tidak memiliki tenaga untuk mengedan, cepat merasa kelelahan, ibu

juga akan mengalami pendarahan serta syok dan juga terjadi subinvolusi. Anemia pada masa kehamilan ini juga berdampak pada saat bayi dilahirkan misalnya bayi lahir premature, penilaian apgar score yang rendah serta terjadi gawat janin (Manuaba, 2010). Karena zat besi yang dibutuhkan itu seimbang dengan zat besi yang dikeluarkan maka ibu hamil diharapkan untuk selain patuh mengkonsumsi tablet Fe harus bisa mengatur pola nutrisi guna mencegah terjadinya anemia (Larasajeng & Siti, 2020).

Ika Esti Anggraini, dkk pada tahun 2016 melakukan penelitian dengan judul hubungan tingkat kepatuhan ibu hamil dalam mengkonsumsi Tablet Fe dengan kejadian Anemia di Desa Kalisapu Kecamatan Slawi Kabupaten Tegal dengan hasil bahwa terdapat hubungan kepatuhan ibu hamil mengkonsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia  $P$  sebesar  $0,001 < 0,05$ .

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan "Dhiny (2016) *Tentang Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester III*" dari hasil penelitian ini didapatkan bahwa dari beberapa variabel yang diteliti salah satunya variabel kepatuhan memiliki

pengaruh yang signifikan dengan kejadian anemia pada ibu hamil dengan ( $p < 0,05$ ). Ibu hamil yang tidak patuh mengkonsumsi tablet Fe mendapatkan peluang sebesar 8,6 kali terjadinya anemia dibandingkan dengan ibu hamil yang patuh.

Selama kehamilan kebutuhan zat besi ibu hamil sangat meningkat, maka dengan demikian ibu hamil sangat dianjurkan untuk mengkonsumsi tablet Fe. Tablet Fe ini harus dikonsumsi dengan teratur supaya efektif karena kepatuhan sangat berpengaruh dari keberhasilan mengkonsumsi tablet ini serta akan meningkatkan jumlah sel darah merah dalam tubuh. Zat besi sangat berperan penting bagi ibu maupun janin. Dengan zat besi yang cukup selama masa kehamilan maka akan membantu pertumbuhan janin lebih sehat sedangkan pada ibu apabila memiliki zat besi yang cukup bisa membantu mempercepat penyembuhan luka pasca persalinan. Zat besi wajib dikonsumsi ibu mulai dari awal kehamilan, tidak hanya mengkonsumsi nutrisi, karena nutrisi yang didapatkan ibu hamil dibagi dengan janin. Sangat dikhawatirkan terjadinya anemia dalam kehamilan sehingga disamping asupan nutrisi yang cukup ibu hamil diwajibkan untuk mengkonsumsi minimal 90 tablet

tambah darah selama kehamilan. Selama masa kehamilan kebutuhan ibu hamil untuk tablet tambah darah sangat meningkat karena untuk pembentukan plasenta serta selama kehamilan membutuhkan sebanyak 200-300% sel darah merah (Leny, 2019).

Setelah peneliti melakukan review dari beberapa jurnal terpilih serta didukung oleh teori yang ada, dapat disimpulkan bahwa terjadinya peningkatan anemia pada ibu hamil disebabkan karena ibu hamil tersebut kurang patuh mengkonsumsi tablet Fe yang sudah disediakan oleh petugas kesehatan.

#### KESIMPULAN DAN SARAN

Dari lima jurnal yang dilakukan *review*, didapatkan hasil bahwa kepatuhan ibu mengkonsumsi tablet Fe akan mencegah terjadinya anemia dalam kehamilan. Selama masa kehamilan ibu hamil tidak hanya meningkatkan asupan nutrisi, karena nutrisi yang didapatkan ibu hamil dibagi dengan janin. Sangat dikawatirkan terjadinya anemia dalam kehamilan sehingga disamping asupan nutrisi yang cukup ibu hamil diharapkan untuk patuh mengkonsumsi sebanyak 90 tablet tambah darah selama kehamilan yakni pada trimester 1,2 dan pada trimester 3.

#### Daftar Pustaka

- Ananti, Y., & Muthmainah, M. (2016). Hubungan Kepatuhan Minum Tablet Fe dengan Anemia Ibu Hamil. *Journal of Health (JoH)*, 3(1), 52-61.
- Ani LS. (2017). *Buku Saku Anemia Defisiensi Besi Masa Prahamil Dan Hamil*. EGC.
- Atika Dkk. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kepatuhan Ibu Hamil dalam Mengkonsumsi Tablet Fe: Literature Review. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 9, No.2, 131–141.
- Danur & Dwi. (2018). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Peran Bidan Dalam Pemantauan Dan Deteksi Dini Resiko Tinggi Kehamilan. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 2.No 1, 184–202.
- Dhiny. (2016). Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester Iii Di Puskesmas Bernung Kabupaten Pesawaran 2016. *Jurnal Dunia Kesmas*, 5 Nomor 3, 139–145.
- Fiqriah Dkk. (2018). Kepatuhan



- Mengonsumsi Tablet Fe Berhubungan Dengan Status Anemia Pada Ibu Hamil. *ARGIPA*. Vol. 3.No.2, 80-90
- Hani & Ummu. (2018). Gambaran Umur dan Paritas pada kejadian KEK. *Universitas Aisyiyah (UNISA)*.
- Kemenkes. (2018). *Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar 2018*.
- Kemenkes & MCAI. (2015). *Pedoman Program Pemberian Dan Pemantauan Mutu Tablet Tambah Darah Untuk Ibu Hamil Di Wilayah Program Kesehatan Dan Gizi*
- Larasajeng & Siti. (2020). Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Pada Ibu Hamil. *Jurnal Kesehatan*, 14 Nomor 2, 113–118.
- Leny. (2019). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil. *Jurnal Medical Science Ilmu Kesehatan Akademi Kebidanan Budi Mulia Palembang*, Vol 9 No.2, 161–167.
- Raimundus & Hidayati. (2019). Kepatuhan Ibu Hamil Dalam Meminum Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia. *Jurnal Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar*. Vol. 10 No 01 2019
- Rosa & Widya. (2022). Hubungan Kepatuhan Ibu Dalam Mengonsumsi Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia Dalam Kehamilan. *SINAR jurnal kebidanan*, Vol 04 No.2
- Utomo, W., & Dkk. (2016). Rendahnya asupan zat besi dan kepatuhan mengonsumsi tablet besi berhubungan dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas I Kembaran, Banyumas. *Jurnal Gizi Dan Dietetik Indonesia*, 41–50.
- Wiwit & Tri. (2012). Hubungan Kepatuhan Ibu Hamil Mengonsumsi Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia Di Desa Pageraji Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas. *Bidan Prada: Jurnal Ilmiah Kebidanan*, Vol 3 No.2.

