



## Hubungan Keteraturan Mengkonsumsi Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Kembangbahu Lamongan

**Asyaul Wasiah**

Prodi D-III Kebidanan Universitas Islam Lamongan  
Jl. Veteran No 53A Lamongan  
email: [arsyilahasna5@gmail.com](mailto:arsyilahasna5@gmail.com)

**Abstrak** : Satu dari beberapa alasan tidak langsung kematian ibu hamil adalah anemia. Ibu hamil jika kekurangan zat besi bisa terjadi anemia. Agar tidak terjadi hal tersebut maka saat hamil harus teratur mengkonsumsi tablet Fe. Suplemen tersebut minimal dikonsumsi 90 hari selama kehamilan. Pemeriksaan kadar Hb dapat dilakukan pada kunjungan trimester pertama kehamilan, jika hasil yang didapatkan normal tidak menutup kemungkinan anemia bisa terjadi pada trimester ketiga. Penelitian ini untuk mengetahui hubungan keteraturan mengkonsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Kembangbahu, Lamongan. Desain penelitian adalah observasi analitik, rancangan *cross sectional* sampel berjumlah 63 responden dengan teknik *simple random sampling* dan analisa data menggunakan uji *Kendall Tau*. Variabel independennya tablet Fe dan variabel dependennya kejadian anemia pada ibu hamil. Hasil penelitian didapatkan H1 diterima artinya ada hubungan antara keteraturan mengkonsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia dengan nilai signficancy p sebesar 0,008 dan koefisien kontingensi 0,319. Keteraturan mengkonsumsi tablet Fe sangat diperlukan guna mencegah terjadinya anemia terutama pada ibu hamil.

**Kata kunci:** Tablet Fe, Anemia, Ibu hamil

**Abstract:** *One of several reasons that do not cause death of pregnant women is anemia. Pregnant women if iron deficiency can occur anemia. In order to avoid this, during pregnancy you should regularly consume Fe tablets. Supplements at least 90 days during pregnancy. Levels of examination can be done in the first trimester of pregnancy, if the results obtained normal can not be expected anemia can occur in the third trimester. This study was to determine the relationship of regularity of consuming Fe tablets with the incidence of anemia in pregnant women at the Kembangbahu Health Center, Lamongan. The study design was analytic, cross sectional design, the sample was taken 63 respondents with simple random sampling techniques and data analysis using the Kendall Tau test. The independent tablet variable Fe and the dependent variable the incidence of anemia in pregnant women. The results obtained by the study of H1 were received related to the regularity of consuming Fe tablets with anemia with a significance value of p of 0.008 and contingency coefficient of 0.319. Fe treatment tablets are needed to avoid anemia intended for pregnant women.*

**Key point:** *Fe Tablets, anemia, pregnant woman*



## Hubungan Keteraturan Mengonsumsi Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Kembangbahu Lamongan

Asyaul Wasiah

Prodi D-III Kebidanan Universitas Islam Lamongan

### Pendahuluan

Tinggi rendahnya AKI dan AKB bisa menjadi indikator untuk menilai derajat kesehatan dan pelayanan kesehatan suatu bangsa. Pendarahan, toksemia gravidarum dan infeksi bisa menjadi penyebab kematian pada ibu hamil. Perdarahan merupakan faktor penyebab AKI tertinggi dan anemia merupakan penyebab langsung dari perdarahan (SDKI, 2013).

Anemia sangat rentan diderita ibu hamil. Makin bertambah umur kehamilan kebutuhan tubuh Ibu akan zat besi juga semakin meningkat. Anemia yang dialami ibu, membuat darah memiliki eritrosit sedikit sehingga kemampuan mengangkut oksigen dari ibu ke janin menjadi lemah. Produksi darah akan meningkat selama kehamilan agar janin didalam kandungan ibu dapat berkembang sempurna. Namun produksi sel darah merah akan terganggu jika zat besi serta nutrisi penting yang dibutuhkan saat hamil tidak terpenuhi.

Berdasarkan data dari kementerian Kesehatan RI sebanyak 5019 orang meninggal karena kehamilan dan persalinan. Salah satu pemicunya adalah perdarahan, infeksi, hipertensi dan lain-lain termasuk anemia, penyakit jantung, malaria dan TBC (depkes RI, 2014).

Masalah ekonomi social masyarakat sangat punya peran besar mengenai sumber daya manusia. Diperlukan perhatian serius dari tenaga medis dalam pelayanan kesehatan karena Anemia pada ibu hamil berpotensi membahayakan nyawa ibu dan bayi terutama di negara berkembang maupun negara maju.

Berdasarkan data Riskesdas (2013) di Indonesia jumlah ibu hamil menderita anemia dengan kadar Hb kurang dari 11,0 gram/dl sekitar 37 %, dimana proporsi yang hampir sama antara masyarakat kota (36,5%) dan desa (37,5%). Ibu hamil dikatakan anemia jika kadar Hb kurang dari 11 gram% pada trimester 1 dan 3 dan pada trimester 2 kadar Hb kurang dari 10,5 gram% karena pada trimester ke-dua terjadinya puncak hemodilusi pada ibu hamil (Arisman, 2011).

Anemia bisa muncul saat hamil meskipun tidak ada riwayat sebelumnya. Kurangnya zat besi merupakan faktor utama timbulnya anemia. Semakin tua usia kehamilan zat besi dibutuhkan juga semakin meningkat. Selain itu bisa juga disebabkan karena ketidakteraturan tablet Fe dikonsumsi, makanan yang diolah dengan cara tidak sesuai, serta jarak usia hamil dan bersalin terlalu dekat (Noverstiti, 2012).



Ibu hamil dengan anemia beresiko terjadinya abortus, *IUFD*, janin meninggal waktu lahir, prematuritas, cacat bawaan, serta cadangan besi kurang. Penyebab ibu mengalami anemia sangat banyak meskipun sebenarnya kurang zat besi merupakan faktor dominan. Suplai vitamin B12 atau asam folat, ibu hamil dengan riwayat penyakit kronis, atau faktor keturunan bisa menjadi penyebab ibu mengalami anemia. Dibutuhkan kajian yang lebih mendalam agar penanganan anemia dapat diberikan secara maksimal sesuai dengan penyebabnya (Artisa, 2011).

Peran dari bidan, kader serta masyarakat sangat dibutuhkan untuk menurunkan jumlah ibu hamil dengan anemia, antara lain dengan merevitalisasi posyandu dan Pemberian Makanan Tambahan bagi ibu hamil, kelas ibu hamil yang diikuti oleh suami sebagai pendamping (Noverstiti, 2012).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan di Puskesmas kembangbahu, dari bulan Januari sampai Desember 2019 di 4 kelurahan sebanyak 279 orang, jumlah ibu hamil, yang mengalami sebanyak 79 orang yaitu 13 orang pada trimester awal, 36 orang trimester kedua dan sebanyak 30 orang pada trimester akhir. Hasil wawancara di Puskesmas Kembangbahu Lamongan kepada 10 ibu hamil yang melakukan Antenatal Care (ANC) mengatakan tidak mengetahui gejala terjadinya anemia dan sering lupa saat minum tablet tambah darah serta kadang tablet Fe diminum dengan menggunakan teh hangat untuk mengurangi rasa mual.

### **Metode Penelitian**

Metode observasional analitik dengan desain Cross Sectional dipilih di penelitian ini, besar sampel sebanyak 63 responden diambil dengan teknik simple random sampling. Tempat dan waktu penelitian ini dilakukan pada tanggal 01 s/d 31 Januari 2020 di Puskesmas Kembangbahu, Kabupaten Lamongan. Keteraturan mengkonsumsi tablet Fe adalah variabel bebas dan kejadian Anemia adalah variabel terikat. Data diperoleh melalui kuesioner dan pemeriksaan Hb. Analisis data menggunakan uji *Kendall tau*.



## Hubungan Keteraturan Mengonsumsi Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Kembangbahu Lamongan

Asyaul Wasiah  
Prodi D-III Kebidanan Universitas Islam Lamongan

### Hasil Penelitian dan Pembahasan

**Tabel 1.** Distribusi Frekuensi Keteraturan Mengonsumsi Tablet Fe pada ibu hamil di Puskesmas Kembangbahu, Lamongan tahun 2020

Keteraturan	Frekuensi (n)	Prosentase (%)
Teratur	20	31,7
Kurang teratur	29	46
Tidak teratur	14	22,3
Total	63	100

Dilihat tabel 1. Responden terbanyak menunjukkan kurang teratur dalam mengonsumsi tablet Fe yaitu 29 responden (46%).

**Tabel 2.** Distribusi Frekuensi Kejadian Anemia pada ibu hamil di Puskesmas Kembangbahu, Lamongan tahun 2020

Kejadian Anemia	Frekuensi (n)	Prosentase (%)
Tidak anemia	27	42,8
Anemia ringan	30	47,6
Anemia Sedang	6	9,6
Anemia berat	0	0
Total	63	100

Berdasarkan tabel 2. bahwa ibu hamil terbanyak masuk kategori anemia ringan sebanyak 30 orang (47,6%).

**Tabel 3.** Tabulasi Silang Frekuensi Keteraturan Mengonsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Anemia pada ibu hamil di Puskesmas Kembangbahu, Lamongan tahun 2020

Kejadian anemia	Keteraturan						Total	
	Teratur		Kurang teratur		Tidak teratur		F	%
	F	%	F	%	F	%	F	%
Tidak anemia	13	20,6	9	14,3	5	7,9	27	42,8
Anemia Ringan	7	11,1	16	25,4	7	11,1	30	47,6
Anemia sedang	0	0	4	6,3	2	3,3	6	9,6
Anemia berat	0	0	0	0	0	0	0	0
Total	20	31,7	29	46	14	22,3	63	100

Berdasarkan tabel tersebut sebagian besar responden kurang teratur mengonsumsi tablet Fe terjadi anemia ringan dengan jumlah 16 responden (25,4%) dan sedikit responden yang tidak teratur minum tablet Fe menderita anemia sedang ada 2 responden (3,3%).



**Tabel 4.** Uji analisis *Kendall Tau* Keteraturan Mengonsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Anemia pada ibu hamil di Puskesmas Kembangbahu, Lamongan tahun 2020

Variabel	r hitung	Coefisien Contingensi	Sig (2-Tailed)
Keteraturan Mengonsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Anemia pada ibu hamil	0,319	0,200-0,399 (Rendah)	0,008

Hasil uji *kendall tau* diatas didapatkan hasil nilai p value 0,008, nilai koefisien korelasi 0,319. Kesimpulannya  $H^1$  diterima dan  $H^0$  ditolak artinya ada hubungan antara Keteraturan Mengonsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Anemia pada ibu hamil di Puskesmas Kembangbahu, Lamongan.

Hemoglobin dibentuk oleh zat besi, hemoglobin mengandung protein yang berfungsi mengangkut oksigen untuk diedarkan ke seluruh tubuh. Selama kehamilan 50% jumlah darah akan meningkat lebih banyak dibandingkan saat sebelum hamil, sehingga untuk mengimbangi kenaikan volume darah tersebut serta untuk perkembangan janin dan plasenta dalam rahim dibutuhkan zat besi dalam jumlah banyak agar terbentuk haemoglobin.

Kebutuhan zat besi meningkat drastis saat trimester ke-dua dan ke-tiga, namun banyak ibu hamil yang tidak menyadari akan hal tersebut. Jika tidak teratasi sampai proses persalinan maka beresiko mengancam janinnya termasuk BBLR dan cacata bawaan. Keteraturan ibu hamil minum tablet Fe sangat perlu diperhatikan.

Penelitian dari amaliana (2015) Pada trimester pertama kehamilan jika Hb di bawah 11 gram/dl dan Hb 10 gram/dl pada trimester kedua dan ketiga ibu hamil tersebut sudah masuk pada faktor resiko. Dikatakan kritis, jika kadar Hb dalam darah di bawah 6 gram/dl. Hb yang sangat rendah risiko kematian ibu dan anak bisa meningkat. Suplai oksigen yang terganggu ke seluruh jaringan tubuh membuat gangguan fungsi jantung dan pernafasan sehingga ibu akan tampak sangat lelah sekali.

Ketidakteraturan ibu hamil meminum tablet Fe dapat juga disebabkan oleh kesibukan/aktivitas yang dilakukan ibu sehari-hari sehingga ibu lupa untuk mengonsumsi tablet Fe. Untuk mencegah hal tersebut dapat dilakukan dengan adanya peran dari pihak



## Hubungan Keteraturan Mengonsumsi Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Kembangbahu Lamongan

Asyaul Wasiah

Prodi D-III Kebidanan Universitas Islam Lamongan

keluarga baik suami maupun orangtua. Peran keluarga sangat penting bagi ibu untuk mendukung dan menjaga kehamilannya.

Sedangkan menurut penelitian Gebre (2014) tablet Fe jika dikonsumsi rutin oleh ibu hamil maka tidak akan terjadi anemia dan kesehatan janin terjaga, namun jika tablet Fe tidak dikonsumsi secara teratur akan berpeluang mengalami anemia yang berat. Keteraturan mengonsumsi Fe sangat diperlukan agar tidak terjadi anemia, selain itu pemenuhan nutrisi yang tidak kalah penting berasal dari makanan yang dikonsumsi, seperti memperbanyak konsumsi sayuran, buah-buahan, kacang-kacangan serta lauk pauk dan juga menghindari faktor pencetus yang bisa beresiko ibu hamil terjangkit anemia.

Menurut Mahdin AH, et al (2007) mengatakan bahwa sebaiknya minum tablet Fe pada malam hari menjelang tidur atau 3 jam setelah makan untuk mengurangi reaksi gastrointestinal yang merugikan sehingga menyebabkan mual. Tidak dianjurkan minum tablet Fe langsung setelah makan dapat mengakibatkan tablet Fe susah terabsorpsi karena akan bercampur dengan bahan makanan lain sehingga mengganggu daya penyerapan dan efektivitasnya.

Bahaya Anemia perlu disadari saat hamil dengan melakukan pemeriksaan darah di lab kesehatan untuk mengetahui ibu berpotensi mengalami risiko anemia atau tidak, dan hasilnya dikonsultasikan dokter untuk mendapatkan cara terbaik menangani anemia. Rajin mengonsumsi makanan alami untuk menjaga penyerapan zat besi ke dalam tubuh seperti beras merah, daging, telur, dan sayur-sayuran hijau tua. Tablet Fe sebaiknya diminum sebelum makan. Disarankan air putih jadi air untuk minum tablet Fe, namun bagi ibu dengan riwayat gastritis atau masih mengalami mual muntah tablet Fe disarankan diminum satu jam setelah makan. Dalam waktu satu minggu tablet Fe akan terserap dan bisa dirasakan oleh ibu. Selama 1 bulan jumlah sel darah merah akan makin banyak dan sel darah merah dalam darah dan anemia sudah teratasi. Minum tablet Fe selama 90 hari masa kehamilan namun jika ada keluhan segera konsultasikan ke bidan atau tenaga medis lainnya (Tarwoto, 2007).



## Kesimpulan

Terdapat hubungan antara keteraturan mengkonsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada ibu hamil dengan tingkat keeratan hubungan rendah. Dengan nilai p value 0,008 dan nilai koefisien kontingensi 0,319.

## Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada (1) Ida Susila, SST, M.Kes selaku Direktur D-III Kebidanan Universitas Islam Lamongan yang telah membimbing dan memberikan support dalam menyelesaikan artikel ini. (2) Kepala Puskesmas Kembangbahu Kabupaten Lamongan yang telah memberikan ijin sebagai tempat penelitian. Semoga artikel ini berguna bagi semua pihak yang berkepentingan.

## Daftar Pustaka

- Artisa. 2011. *Pengaruh Pemberian Booklet Anemia Terhadap Pengetahuan, Kepatuhan Minum Tablet Tambah Darah dan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil*. Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya
- Arisman. 2004. *Gizi dalam Daur Kehidupan*. Jakarta : EGC.
- Arisman. 2012. *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta : EGC
- \_\_\_\_\_. 2014. *Pedoman Umum Gizi Seimbang*. Jakarta : Depkes RI
- Gebre, A. 2014. *Assessment of Factors Associated with Adherence to Iron-Folic Acid Supplementation Among Urban and Rural Pregnant Women in North Western Zone of Tigray*. *International Journal of Nutrition and Food Sciences*.
- Kemenkes. 2014. *Permenkes No 88 Tahun 2014 tentang Standar Tablet Tambah Darah Bagi Wanita Usia Subur dan Ibu Hamil*. [http://sinforeg.litbang.depkes.go.id/upload/regulasi/PMK\\_No\\_88\\_ttg\\_Tablet\\_Tambah\\_Darah\\_.pdf](http://sinforeg.litbang.depkes.go.id/upload/regulasi/PMK_No_88_ttg_Tablet_Tambah_Darah_.pdf)
- Mahdin, AH . 2007. *Studi Kasus Kontrol Anemia Ibu Hamil*. Jurnal Medika Unhas.
- Noverstiti, E. 2012. *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemiapada Ibu Hamil Trimester III* . STIKES Peringsewu Lampung.
- Notoatmodjo, S. 2012. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Prawirohardjo, S. 2014. *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal dan Nasional*. Jakarta : Bina Pustaka.



## **Hubungan Keteraturan Mengonsumsi Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Kembangbahu Lamongan**

**Asyaul Wasiah**

Prodi D-III Kebidanan Universitas Islam Lamongan

Prawirohardjo. 2010. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Bina Pustaka.

Scholl, TO. 2012. *Maternal Iron Status: Relation to Fetal Growth, Length of Gestation and The Neonate's Iron Endowment*.

Tarwoto. 2007. *Kurangnya Haemoglobin Pada Ibu Hamil*. Jakarta : Info Media.