



## Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe terhadap Kejadian Anemia pada Ibu Hamil Trimester II di PKM Dumagin, Kabupaten Bolaang Mongondow Selatan

Silva Robot<sup>1\*</sup>, Widia Shofa Ilmiah<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Puskesmas Dumagin Kecamatan Pinolosian Timur, Indonesia.

<sup>2</sup> Institut Teknologi, Sains, dan Kesehatan RS. dr. Soepraoen, Indonesia.

E-mail: [silvarobot85@gmail.com](mailto:silvarobot85@gmail.com)<sup>1\*</sup>, [widiashofailmiah@itsk-soepraoen.ac.id](mailto:widiashofailmiah@itsk-soepraoen.ac.id)<sup>2</sup>

\*Korepondensi Penulis: [silvarobot85@gmail.com](mailto:silvarobot85@gmail.com)<sup>1</sup>

**Abstract.** Anemia during the second trimester of pregnancy is a common hematological disorder that may affect both maternal and fetal health. This study aimed to analyze the relationship between adherence to iron tablet consumption and the incidence of anemia among second-trimester pregnant women. A cross-sectional design was applied with a total of 45 participants. Data were collected through structured interviews and hemoglobin documentation from maternal health records. Adherence was classified as high, moderate, or low, and anemia was categorized as mild, moderate, or severe. The results showed that 60% of respondents demonstrated high adherence, and the same proportion experienced mild anemia. Spearman Rank test revealed a very strong relationship between adherence and anemia ( $r = -0.875$ ;  $p = 0.000$ ). The findings indicate that higher adherence correlates with lower anemia severity. The success of iron supplementation programs depends on consistent behavior, health worker support, and family involvement. This study is limited in geographical scope and sample size, warranting cautious interpretation. Future research should explore behavioral, nutritional, and social determinants more comprehensively.

**Keywords:** Adherence, Iron Tablet, Anemia, Pregnant Women, Second Trimester

**Abstrak.** Anemia pada kehamilan trimester kedua merupakan gangguan hematologis yang sering terjadi dan dapat memengaruhi kesehatan ibu maupun janin. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara kepatuhan konsumsi tablet Fe dan kejadian anemia pada ibu hamil trimester II. Penelitian menggunakan desain potong lintang dengan jumlah sampel sebanyak 45 orang. Data diperoleh melalui wawancara terstruktur dan dokumentasi kadar hemoglobin dari buku KIA. Kepatuhan dikategorikan menjadi tinggi, sedang, dan rendah, sedangkan anemia dibagi menjadi ringan, sedang, dan berat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 60% responden memiliki kepatuhan tinggi, sementara anemia ringan ditemukan pada proporsi yang sama. Uji Spearman Rank menunjukkan hubungan yang sangat kuat antara kepatuhan dan kejadian anemia ( $r = -0,875$ ;  $p = 0,000$ ). Temuan ini menunjukkan bahwa kepatuhan tinggi terhadap konsumsi tablet Fe berkorelasi dengan kejadian anemia yang lebih ringan. Keberhasilan program suplementasi bergantung pada konsistensi perilaku konsumsi, pendampingan petugas kesehatan, dan dukungan dari lingkungan keluarga. Studi ini terbatas pada cakupan wilayah dan ukuran sampel, sehingga perlu kehati-hatian dalam generalisasi temuan. Penelitian lanjutan disarankan untuk mengeksplorasi faktor perilaku, sosial, dan gizi secara lebih mendalam.

**Kata Kunci:** Kepatuhan, Tablet Fe, Anemia, Ibu Hamil, Trimester Kedua

### 1. LATAR BELAKANG

Selama masa kehamilan, tubuh mengalami peningkatan kebutuhan zat gizi dalam jumlah dan jenis yang lebih kompleks dibandingkan dengan kondisi fisiologis biasa. Kebutuhan zat besi meningkat secara bertahap dan mencapai puncaknya pada trimester kedua. Volume plasma berkembang lebih cepat dibandingkan jumlah sel darah merah, sehingga menciptakan efek hemodilusi yang menurunkan kadar hemoglobin. Proses pembentukan sel darah merah membutuhkan pasokan zat besi dalam jumlah yang konsisten agar keseimbangan fisiologis tetap terjaga. Ketika tubuh tidak memperoleh asupan zat besi yang mencukupi, baik dari

makanan maupun suplemen, kapasitas sistem sirkulasi untuk mendistribusikan oksigen akan menurun (Simbolon et al., 2023).

Anemia menjadi salah satu kondisi yang sering muncul dalam fase kehamilan pertengahan. Gejala anemia ringan sering tidak terdeteksi secara subjektif, namun berdampak pada daya tahan fisik, konsentrasi, dan kualitas hidup ibu (Millah, 2020). Pada derajat sedang hingga berat, anemia berperan dalam meningkatkan risiko preeklamsia, persalinan prematur, perdarahan postpartum, dan gangguan pertumbuhan janin. Hemoglobin yang rendah mencerminkan ketidakseimbangan antara kebutuhan biologis dan ketersediaan nutrisi, yang secara langsung memengaruhi keberhasilan proses gestasi (Lubis et al., 2023).

Program kesehatan ibu telah memasukkan suplemen zat besi sebagai bagian dari layanan antenatal wajib. Tablet Fe tersedia dalam jumlah memadai di fasilitas kesehatan, dan distribusinya telah dijadwalkan secara sistematis. Petugas memberikan edukasi mengenai pentingnya konsumsi rutin, termasuk anjuran jumlah minimal yang harus dikonsumsi selama kehamilan (Fitri et al., 2023). Dalam pelaksanaan di lapangan, banyak ibu menerima tablet, namun tidak seluruhnya mengonsumsi sesuai dengan jadwal yang telah ditetapkan. Beberapa menyimpan tablet tanpa mengonsumsinya, sebagian merasa mual atau terganggu oleh efek samping, dan sebagian lainnya tidak menganggap tablet tersebut sebagai kebutuhan yang mendesak (Mayasari et al., 2023).

Perilaku konsumsi tablet Fe menunjukkan variasi yang lebar antara satu ibu dengan ibu lainnya. Ada yang menunjukkan kepatuhan tinggi dan rutin mengonsumsi setiap hari, tetapi ada pula yang hanya mengonsumsinya jika merasa lemah atau dipaksa oleh keluarga. Tingkat kepatuhan ini berdampak langsung pada hasil fisiologis yang dicapai tubuh. Ibu yang menunjukkan kepatuhan rendah cenderung memiliki kadar hemoglobin yang lebih rendah dibandingkan dengan ibu yang menunjukkan kepatuhan tinggi. Kualitas komunikasi antara tenaga kesehatan dan ibu, persepsi terhadap manfaat tablet, serta dukungan keluarga turut membentuk pola konsumsi harian (L. P. Sari & Djannah, 2020).

Data awal memperlihatkan bahwa anemia tidak hanya muncul pada ibu yang tidak mendapat tablet, tetapi juga pada ibu yang telah menerima namun tidak mengonsumsinya secara konsisten. Keadaan tersebut menunjukkan bahwa keberhasilan program tidak cukup diukur dari aspek distribusi. Perilaku konsumsi yang konsisten menjadi elemen penting dalam keberhasilan intervensi nutrisi selama kehamilan. Pola tersebut terbentuk melalui interaksi antara pemahaman, kebiasaan, serta pendampingan yang diterima selama masa kehamilan (Rohani et al., 2023).

Penelitian ini mengarahkan perhatian pada hubungan antara tingkat kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada ibu hamil trimester II. Pengamatan terhadap variabel ini bertujuan untuk memperkuat pemahaman mengenai bagaimana praktik konsumsi memengaruhi status hemoglobin. Hasil pengukuran laboratorium kadar hemoglobin, dikombinasikan dengan data kepatuhan harian, memberikan gambaran yang lebih utuh mengenai keberhasilan atau kegagalan mekanisme pencegahan anemia pada tingkat individu.

## **2. KAJIAN TEORITIS**

### **2.1 Zat Besi dan Fungsinya dalam Kehamilan**

Zat besi memainkan peran vital dalam pembentukan hemoglobin yang berfungsi mengangkut oksigen ke seluruh jaringan tubuh. Pada masa kehamilan, kebutuhan zat besi meningkat drastis untuk mendukung ekspansi volume darah, pertumbuhan plasenta, serta perkembangan organ janin. Tubuh ibu tidak mampu menghasilkan hemoglobin dalam jumlah memadai tanpa cadangan zat besi yang cukup. Kekurangan unsur ini menyebabkan anemia defisiensi besi, yang ditandai dengan penurunan kadar hemoglobin dan gejala klinis seperti lelah berkepanjangan, pusing, serta mudah terinfeksi. Kebutuhan zat besi yang tidak terpenuhi melalui makanan perlu dilengkapi dengan suplementasi dalam bentuk tablet Fe sebagai upaya mempertahankan keseimbangan hematologis selama kehamilan (Tampubolon et al., 2021).

### **2.2 Tablet Fe sebagai Suplementasi Preventif**

Tablet Fe berfungsi sebagai intervensi yang ditujukan untuk memenuhi kebutuhan zat besi harian ibu hamil. Suplemen ini dikonsumsi secara oral dan mengandung dosis zat besi yang dirancang sesuai kebutuhan fisiologis trimester kehamilan. Efektivitas tablet Fe bergantung pada keteraturan konsumsi serta kemampuan tubuh dalam menyerap zat aktifnya (Agnes Kusumasari et al., 2021). Kombinasi antara pemberian edukasi dan pemantauan berkala meningkatkan potensi tablet Fe dalam mencegah penurunan kadar hemoglobin. Konsumsi yang tidak teratur, atau disertai kebiasaan minum teh dan kopi, akan menurunkan ketersediaan zat besi dalam darah. Konsistensi penggunaan tablet Fe, baik dari sisi waktu maupun dosis, menentukan keberhasilan intervensi pencegahan anemia selama kehamilan (Nurdimayanthi et al., 2023).

### 2.3 Kepatuhan Konsumsi dan Hubungannya dengan Kejadian Anemia

Kepatuhan dalam mengonsumsi tablet Fe menggambarkan sejauh mana ibu menjalankan anjuran kesehatan secara konsisten. Ibu yang memiliki pemahaman baik mengenai manfaat suplemen, serta merasa mendapat dukungan dari keluarga dan tenaga kesehatan, cenderung menunjukkan kepatuhan yang tinggi (Kristina Pebriyanti, 2022). Sebaliknya, ketidaknyamanan akibat efek samping atau kurangnya pengetahuan akan menurunkan kemauan konsumsi. Rendahnya kepatuhan menyebabkan asupan zat besi tidak mencukupi, yang kemudian memicu gangguan produksi hemoglobin dan terjadinya anemia. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa ibu dengan kepatuhan rendah memiliki risiko lebih tinggi mengalami anemia sedang hingga berat, terutama pada trimester kedua saat kebutuhan fisiologis meningkat pesat (Nadiya et al., 2023).

### 3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan rancangan studi potong lintang (*cross-sectional*). Pendekatan ini memfokuskan pengamatan pada dua variabel, yaitu tingkat kepatuhan konsumsi tablet Fe dan kejadian anemia, yang diukur pada waktu yang sama. Penelitian berlangsung selama Februari hingga April 2025 di wilayah kerja Puskesmas Dumagin, dengan melibatkan ibu hamil trimester kedua sebagai populasi sasaran.

Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 45 ibu hamil, yang dipilih secara total sampling dari seluruh populasi yang memenuhi kriteria inklusi, yaitu: (1) sedang berada pada usia kehamilan trimester kedua, (2) tidak mengalami penyakit kronis yang dapat memengaruhi kadar hemoglobin, dan (3) bersedia berpartisipasi sebagai responden. Data dikumpulkan melalui wawancara terstruktur menggunakan kuesioner, serta dokumentasi kadar hemoglobin yang tercatat dalam buku KIA atau catatan medis.

Kepatuhan konsumsi tablet Fe diklasifikasikan menjadi tiga kategori: tinggi ( $\geq 90$  tablet), sedang (60–89 tablet), dan rendah ( $< 60$  tablet), berdasarkan jumlah tablet yang dikonsumsi selama kehamilan trimester kedua. Sementara itu, kejadian anemia ditentukan berdasarkan kadar hemoglobin, dengan klasifikasi anemia ringan (10–11,9 g/dL), sedang (8–9,9 g/dL), dan berat ( $< 8$  g/dL), mengacu pada pedoman WHO.

Seluruh data dianalisis menggunakan perangkat lunak statistik dengan uji korelasi Spearman Rank. Uji ini sesuai untuk mengukur hubungan antara dua variabel berskala ordinal dan numerik yang tidak berdistribusi normal. Taraf kepercayaan ditetapkan sebesar 95%, dengan nilai  $p < 0,05$  sebagai batas interpretasi keberlakuan hubungan antarvariabel.

#### 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini melibatkan 45 ibu hamil trimester kedua yang menjalani pemeriksaan antenatal di PKM Dumagin selama periode Februari hingga April 2025. Seluruh responden memenuhi kriteria inklusi dan telah diperiksa kadar hemoglobinya serta dilacak tingkat kepatuhan mereka terhadap konsumsi tablet Fe. Analisis dilakukan untuk menggambarkan distribusi karakteristik utama dan menguji hubungan antara kepatuhan konsumsi suplemen dan derajat anemia.

Tingkat kepatuhan responden terhadap konsumsi tablet Fe diklasifikasikan ke dalam tiga kategori berdasarkan jumlah tablet yang telah dikonsumsi selama trimester kedua.

**Tabel 1.** Distribusi Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe

Kategori Kepatuhan	Frekuensi	Persentase (%)
Tinggi	27	60.0
Sedang	15	33.3
Rendah	3	6.7
Total	45	100.0

Sebagian besar responden (60%) menunjukkan tingkat kepatuhan tinggi, yaitu dengan mengonsumsi tablet Fe minimal 90 tablet selama trimester kedua. Sebanyak 33,3% menunjukkan kepatuhan sedang, dan hanya 6,7% berada pada kategori kepatuhan rendah. Kelompok dengan kepatuhan rendah memiliki jumlah konsumsi suplemen yang jauh di bawah jumlah yang direkomendasikan. Beberapa dari mereka menyatakan lupa, merasa tidak nyaman setelah mengonsumsi tablet, atau tidak menganggap tablet Fe sebagai kebutuhan penting selama kehamilan.

Pengukuran kadar hemoglobin digunakan untuk mengidentifikasi derajat anemia. Data diklasifikasikan berdasarkan ambang batas WHO, dengan tiga kategori utama: anemia ringan, sedang, dan berat.

**Tabel 2.** Distribusi Kejadian Anemia

Derajat Anemia	Frekuensi	Persentase (%)
Anemia Ringan	27	60.0
Anemia Sedang	15	33.3
Anemia Berat	3	6.7
Total	45	100.0

Seluruh responden mengalami anemia, meskipun sebagian besar (60%) berada dalam kategori anemia ringan. Sejumlah 33,3% mengalami anemia sedang, sedangkan anemia berat ditemukan pada 6,7% responden. Ibu dengan anemia berat umumnya memiliki kadar hemoglobin di bawah 8 g/dL dan menunjukkan gejala klinis yang lebih mencolok seperti pucat, sesak, dan kelelahan ekstrem. Mereka juga menunjukkan kepatuhan yang rendah terhadap konsumsi tablet Fe, berdasarkan hasil pelacakan konsumsi harian dan rekam medis.

Untuk mengetahui hubungan antara kepatuhan konsumsi tablet Fe dan derajat anemia, peneliti menggunakan uji Spearman Rank. Uji ini dipilih karena data berskala ordinal dan tidak memenuhi asumsi distribusi normal.

**Tabel 3.** Uji Korelasi Spearman Rank

Variabel	Koefisien Korelasi (r)	Nilai p
Kepatuhan – Anemia	-0,875	0,000

Analisis menghasilkan koefisien korelasi  $-0,875$ , yang menunjukkan kekuatan hubungan yang sangat tinggi dengan arah negatif. Nilai p sebesar 0,000 memperkuat keberlakuan statistik dari hubungan tersebut pada tingkat kepercayaan 95%. Korelasi negatif ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat kepatuhan ibu terhadap konsumsi tablet Fe, semakin rendah derajat anemia yang dialami. Sebaliknya, ibu yang tidak mengonsumsi tablet Fe secara teratur menunjukkan kecenderungan mengalami anemia dalam derajat sedang hingga berat.

Koefisien yang tinggi ini mencerminkan konsistensi antara jumlah tablet yang dikonsumsi dan nilai kadar hemoglobin dalam tubuh. Responden yang mengonsumsi tablet sesuai jadwal dan jumlah yang dianjurkan memiliki kadar hemoglobin yang lebih stabil, bahkan jika berada dalam kategori anemia ringan. Sebaliknya, kelompok dengan kepatuhan rendah menunjukkan hemoglobin yang terus menurun hingga berada pada ambang anemia berat.

#### 4.1 Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe dan Distribusinya di Kalangan Ibu Hamil

Kepatuhan terhadap konsumsi tablet Fe mencerminkan kemampuan ibu dalam menjaga kesinambungan perilaku kesehatan selama masa kehamilan. Tubuh ibu hamil membutuhkan zat besi dalam jumlah tinggi selama trimester kedua karena pertumbuhan janin, peningkatan volume darah, dan aktivitas metabolik mengalami percepatan. Tablet Fe berfungsi sebagai sumber zat besi tambahan untuk mencegah penurunan kadar hemoglobin. Namun, keberhasilan suplementasi sangat bergantung pada seberapa konsisten ibu menjalankan konsumsi harian secara teratur, sesuai jumlah dan durasi yang direkomendasikan.

Penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas ibu hamil berada dalam kategori kepatuhan tinggi. Sebanyak 27 dari 45 responden (60%) telah mengonsumsi tablet Fe dalam jumlah yang memenuhi standar minimal. Sebanyak 33,3% responden menunjukkan kepatuhan sedang, dengan jumlah konsumsi berada di bawah ambang ideal. Hanya 6,7% responden menunjukkan kepatuhan rendah, dengan jumlah tablet yang dikonsumsi jauh dari batas rekomendasi. Perbedaan kepatuhan ini mencerminkan perbedaan motivasi, dukungan keluarga, pemahaman gizi, serta kualitas komunikasi antara ibu dan tenaga kesehatan.

Kepatuhan tinggi tidak terbentuk secara tiba-tiba, melainkan muncul melalui proses penyadaran, edukasi, serta dorongan lingkungan yang konsisten. Ibu yang menerima penjelasan secara berulang dari tenaga kesehatan mengenai manfaat suplemen lebih mudah membentuk kebiasaan konsumsi harian. Komunikasi interpersonal yang tidak bersifat menggurui, tetapi mendorong pemahaman, memberi ruang untuk bertanya, serta menanggapi keluhan secara terbuka, membantu membangun kepercayaan ibu terhadap saran medis yang diberikan. Kepercayaan ini kemudian mendorong kemauan untuk mengikuti anjuran, termasuk dalam mengonsumsi tablet Fe secara rutin.

Penelitian oleh Simaremare et al., (2023) mendukung temuan ini dengan menyatakan bahwa kualitas interaksi antara petugas kesehatan dan ibu hamil memiliki pengaruh besar terhadap kepatuhan minum tablet Fe. Edukasi satu arah yang hanya bersifat instruksi cenderung tidak mengubah perilaku, terutama jika ibu tidak merasakan manfaat langsung dari konsumsi tablet. Sebaliknya, pendekatan yang melibatkan ibu sebagai subjek aktif dalam proses edukasi mampu mendorong keterlibatan lebih dalam dan meningkatkan konsistensi perilaku konsumsi.

Beberapa ibu hamil dalam penelitian ini mengungkapkan bahwa mereka tetap mengonsumsi tablet meskipun merasa mual atau tidak nyaman, karena mereka memahami dampaknya terhadap kesehatan janin. Kelompok ini juga menyebutkan peran suami dan anggota keluarga lainnya yang mengingatkan atau bahkan menyiapkan tablet setiap hari sebagai bentuk dukungan. Dukungan semacam ini menunjukkan bahwa kepatuhan bukan hanya persoalan individu, tetapi juga dipengaruhi oleh lingkungan rumah tangga dan social (PUTRI et al., 2023).

Sebaliknya, kelompok dengan kepatuhan rendah mengungkapkan alasan seperti lupa, rasa logam di mulut, atau tidak merasa manfaatnya. Ibu dalam kategori ini jarang berinteraksi aktif dengan petugas kesehatan, jarang mengikuti penyuluhan gizi, dan tidak mendapatkan pendampingan dari anggota keluarga. Ketidakteraturan dalam konsumsi sering berlangsung terus-menerus tanpa koreksi, hingga berdampak pada menurunnya kadar hemoglobin.

Distribusi tingkat kepatuhan dalam penelitian ini memberikan gambaran bahwa program pemberian tablet Fe telah mencapai sebagian besar ibu hamil, tetapi belum semua ibu mampu mempertahankan konsistensi konsumsi. Keberhasilan tidak hanya ditentukan oleh pemberian tablet, tetapi juga oleh penguatan aspek perilaku, komunikasi, dan dukungan interpersonal (P. W. Sari & Herdiani, 2022). Kepatuhan membutuhkan proses pembiasaan yang terus diperkuat melalui pendekatan edukatif yang berulang dan empatik. Ketika ibu merasa dilibatkan, dihargai, dan dibimbing secara manusiawi, mereka lebih mudah membangun kebiasaan sehat yang berkelanjutan selama kehamilan.

#### **4.2 Pola Kejadian Anemia dalam Trimester Kedua**

Trimester kedua membawa dinamika fisiologis yang sangat aktif dalam tubuh ibu hamil. Pada fase ini, volume plasma meningkat pesat untuk mengimbangi pertumbuhan janin dan memperkuat fungsi plasenta. Organ tubuh ibu harus menyesuaikan diri dengan kebutuhan metabolik yang lebih besar, termasuk kebutuhan oksigen dan sirkulasi darah yang lebih cepat. Ketika pasokan zat besi tidak mencukupi, tubuh tidak mampu mempertahankan jumlah sel darah merah yang sebanding dengan peningkatan volume cairan darah. Ketidakseimbangan ini menurunkan kadar hemoglobin dan memicu munculnya anemia (Zulya et al., 2022).

Penelitian ini menemukan bahwa seluruh ibu hamil mengalami anemia, meskipun sebagian besar berada dalam kategori ringan. Sebanyak 60% responden menunjukkan kadar hemoglobin antara 10–11,9 g/dL, yang masuk dalam klasifikasi anemia ringan menurut WHO. Kelompok anemia sedang mencakup 33,3% responden, sedangkan 6,7% mengalami anemia berat dengan kadar hemoglobin di bawah 8 g/dL. Data ini menggambarkan bahwa gangguan hematologis sudah muncul sejak trimester kedua, bahkan pada ibu yang telah menjalani pemeriksaan antenatal dan menerima tablet Fe.

Kondisi ini menunjukkan bahwa anemia tidak hanya berkembang akibat kekurangan zat besi yang ekstrem, tetapi juga akibat ketidakaturan dalam penyerapan dan pemanfaatan zat gizi. Ibu yang mengonsumsi makanan kurang beragam, menghadapi gangguan pencernaan, atau mengalami infeksi ringan pun berpotensi mengalami penurunan kadar hemoglobin. Ketika tubuh tidak mendapat dukungan gizi yang memadai, cadangan zat besi akan menurun, dan sistem eritropoiesis tidak bekerja secara optimal. Dalam keadaan seperti ini, anemia muncul bukan sebagai gejala akut, tetapi sebagai akumulasi dari proses metabolik yang terganggu secara perlahan.

Penelitian oleh Wigati et al.,(2021) menunjukkan bahwa kejadian anemia paling sering muncul pada trimester kedua, karena pada saat itu permintaan biologis tubuh memuncak. Penurunan hemoglobin pada fase ini sering tidak terdeteksi karena ibu tetap menjalani aktivitas harian dan tidak mengalami gejala berat. Namun, jika kondisi ini terus berlangsung tanpa intervensi yang tepat, anemia akan berkembang ke tingkat sedang atau berat menjelang trimester akhir. Pola ini terlihat pula dalam penelitian ini, di mana kelompok dengan kepatuhan rendah terhadap tablet Fe seluruhnya mengalami anemia sedang hingga berat.

Gejala klinis pada kelompok anemia sedang meliputi lemah, lesu, dan sesak napas ringan saat beraktivitas. Beberapa ibu mengeluhkan gangguan konsentrasi dan sulit tidur. Kelompok dengan anemia berat memperlihatkan keluhan yang lebih berat, termasuk nyeri kepala berulang, penurunan nafsu makan, dan wajah pucat. Mereka tetap menjalani aktivitas, tetapi dengan penurunan stamina yang jelas. Kadar hemoglobin yang berada di bawah 8 g/dL menunjukkan bahwa suplai oksigen ke jaringan tidak lagi memadai, dan tubuh berada dalam tekanan metabolik yang tinggi (Aureli et al., 2022).

Polanya tidak lepas dari kebiasaan konsumsi makanan, gaya hidup, dan ketidaksesuaian antara asupan dan kebutuhan zat gizi. Ibu yang tidak memperhatikan komposisi makanan harian, mengonsumsi teh atau kopi berdekatan dengan waktu makan, dan tidak melengkapi suplemen dengan makanan tinggi vitamin C, cenderung mengalami penurunan hemoglobin lebih cepat. Kebiasaan semacam ini sering tidak disadari karena tidak menimbulkan keluhan secara langsung. Namun, dalam jangka waktu trimester kedua, akumulasi efek dari pola konsumsi yang kurang tepat akan terlihat jelas melalui hasil pemeriksaan laboratorium (Omasti et al., 2022).

Penelitian ini menunjukkan bahwa distribusi anemia tidak hanya tersebar pada ibu dengan kepatuhan rendah, tetapi juga mulai terlihat pada sebagian ibu dengan kepatuhan sedang. Hal ini menunjukkan bahwa anemia tidak hanya dapat dicegah melalui jumlah konsumsi tablet, tetapi juga perlu didukung dengan pola makan yang memperkuat penyerapan zat besi, kebiasaan konsumsi yang tepat waktu, dan kesadaran untuk menjalani pemeriksaan secara berkala.

Kejadian anemia yang menyebar merata pada seluruh kelompok menandakan bahwa faktor perilaku dan gaya hidup harian masih menjadi tantangan yang besar dalam upaya pencegahan. Tanpa perubahan kebiasaan dan peningkatan kualitas pemahaman terhadap kebutuhan tubuh, tablet Fe tidak akan cukup untuk mencegah turunnya kadar hemoglobin selama fase fisiologis yang intensif ini.

### **4.3 Hubungan antara Kepatuhan dan Derajat Anemia**

Kepatuhan terhadap konsumsi tablet Fe memengaruhi kemampuan tubuh dalam mempertahankan kadar hemoglobin yang stabil selama kehamilan. Suplemen zat besi bekerja secara kumulatif dan membutuhkan keteraturan agar tubuh dapat menyerap serta menyimpan zat besi dalam jumlah yang cukup. Ketika ibu mengonsumsi tablet secara teratur, tubuh menerima pasokan zat besi harian yang mendukung eritropoiesis dan menjaga volume darah tetap optimal. Sebaliknya, pola konsumsi yang tidak teratur menyebabkan gangguan distribusi zat besi dalam darah, dan tubuh tidak mampu mengimbangi peningkatan kebutuhan selama trimester kedua (Fatimah Jamir & Erni, 2022).

Hasil penelitian ini menunjukkan hubungan yang sangat kuat antara kepatuhan konsumsi tablet Fe dan derajat anemia. Uji Spearman Rank menghasilkan koefisien korelasi sebesar  $-0,875$  dengan nilai  $p = 0,000$ . Angka ini mencerminkan kekuatan hubungan negatif yang tinggi. Artinya, semakin tinggi kepatuhan ibu terhadap konsumsi tablet Fe, semakin rendah derajat anemia yang terjadi. Sebaliknya, ibu yang tidak mengonsumsi tablet secara konsisten cenderung mengalami anemia sedang hingga berat.

Kelompok responden dengan kepatuhan rendah seluruhnya mengalami anemia berat. Mereka mengaku tidak mengonsumsi tablet sesuai anjuran karena mual, gangguan lambung, rasa logam di mulut, atau tidak merasa membutuhkan suplemen tersebut. Beberapa di antaranya menyimpan tablet dalam kemasan tanpa mengonsumsinya. Kadar hemoglobin mereka turun di bawah  $8 \text{ g/dL}$ , menunjukkan gangguan distribusi oksigen ke jaringan yang berlangsung terus-menerus. Kondisi ini memperlemah sistem metabolik ibu dan menurunkan kapasitas fisik yang dibutuhkan selama kehamilan.

Kelompok dengan kepatuhan tinggi menunjukkan distribusi anemia ringan yang lebih dominan. Kadar hemoglobin mereka tetap berada di atas  $10 \text{ g/dL}$ , dan sebagian besar tidak menunjukkan gejala klinis berat. Mereka mengaku mengonsumsi tablet secara rutin, baik atas inisiatif sendiri maupun karena dorongan keluarga dan pemantauan petugas kesehatan. Konsistensi dalam konsumsi harian memberi tubuh waktu yang cukup untuk menyerap zat besi dan menyimpannya sebagai cadangan dalam sumsum tulang.

Penelitian oleh Sunarti, (2020) juga menemukan bahwa ibu hamil dengan kepatuhan tinggi terhadap konsumsi tablet Fe memiliki risiko anemia yang jauh lebih rendah dibandingkan ibu dengan kepatuhan rendah. Studi tersebut menyatakan bahwa konsistensi konsumsi menjadi faktor paling menentukan dalam menjaga kestabilan kadar hemoglobin, lebih daripada faktor usia, paritas, atau tingkat pendidikan. Hasil tersebut mendukung temuan dalam penelitian ini yang memperlihatkan bahwa perbedaan derajat anemia sangat berkaitan erat dengan perilaku konsumsi tablet Fe.

Hubungan yang terbentuk antara kepatuhan dan kejadian anemia dalam penelitian ini menunjukkan bahwa intervensi gizi selama kehamilan tidak cukup apabila hanya mengandalkan distribusi suplemen. Efektivitas program bergantung pada keterlibatan aktif ibu dalam proses konsumsi, serta kesadaran mengenai manfaat jangka panjang dari suplemen yang diberikan. Pendekatan edukatif, komunikasi interpersonal yang bersifat empatik, dan dukungan dari lingkungan sosial memperkuat proses internalisasi perilaku patuh (Pratiwi & Safitri, 2021).

Kepatuhan tidak hanya berbicara tentang jumlah tablet yang dikonsumsi, tetapi juga tentang proses membangun kebiasaan, pemahaman yang utuh, dan kemauan untuk menjaga kesehatan diri serta janin. Ketika ibu merasa memiliki kendali atas pilihan kesehatan mereka, serta menerima pendampingan yang memadai dari tenaga kesehatan, perilaku konsumsi menjadi lebih stabil dan memberikan dampak nyata terhadap status hematologis selama masa kehamilan.

## **5. KESIMPULAN DAN SARAN**

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang sangat kuat antara kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada ibu hamil trimester II. Ibu yang menjalankan konsumsi tablet secara teratur memiliki kecenderungan mengalami anemia ringan, sedangkan ibu yang tidak patuh cenderung mengalami anemia sedang hingga berat. Koefisien korelasi yang tinggi memperlihatkan bahwa perilaku konsumsi berperan besar dalam mempertahankan kadar hemoglobin selama masa kehamilan. Temuan ini menjawab tujuan penelitian dan menegaskan bahwa keberhasilan program suplementasi zat besi sangat bergantung pada keterlibatan aktif ibu serta dukungan dari tenaga kesehatan dan lingkungan keluarga. Berdasarkan hasil tersebut, tenaga kesehatan perlu memperkuat pendekatan edukatif dan pendampingan individual, serta membangun komunikasi yang bersifat empatik dan berkelanjutan. Pelayanan antenatal tidak cukup hanya mengandalkan distribusi tablet, tetapi perlu disertai dengan strategi pemantauan dan penguatan perilaku konsumsi. Penelitian ini memiliki keterbatasan dalam hal cakupan wilayah dan ukuran sampel yang relatif kecil sehingga generalisasi temuan harus dilakukan dengan kehati-hatian. Penelitian lanjutan dapat memperluas populasi studi, mempertimbangkan variabel tambahan seperti status gizi dan pola konsumsi harian, serta mengintegrasikan pendekatan kualitatif untuk menggali motivasi dan hambatan kepatuhan secara lebih mendalam.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan apresiasi kepada pihak Puskesmas Dumagin yang telah memberikan izin serta dukungan selama proses penelitian berlangsung. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada seluruh responden yang telah bersedia meluangkan waktu dan memberikan data dengan jujur. Penulis menghargai arahan dan bimbingan dari dosen pembimbing yang telah membantu dalam penyusunan penelitian ini. Segala bentuk dukungan dari keluarga dan rekan sejawat juga menjadi bagian penting dalam terselesaikannya karya ilmiah ini.

## DAFTAR REFERENSI

- Agnes Kusumasari, R., Ika Putri, N., Riansih, C., & Ratnaningsih, D. (2021). Kepatuhan Ibu Hamil Mengonsumsi Tablet FE dengan Kejadian Anemia di Puskesmas Sleman Yogyakarta. *Jurnal Permata Indonesia*, 12(2). <https://doi.org/10.59737/jpi.v12i2.30>
- Aureli, D. A., Kusumawardhani, R., & Fauziah, N. (2022). FAKTOR – FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA IBU HAMIL. *Jurnal Ilmiah Pamenang*, 4(2). <https://doi.org/10.53599/jip.v4i2.104>
- Fatimah Jamir, A., & Erni, E. (2022). Upaya Pencegahan Kekurangan Energi Kronis (KEK) dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet FE dan Asupan Makanan pada Ibu Hamil di Puskesmas Makale Kabupaten Tana Toraja. *Media Publikasi Penelitian Kebidanan*, 4(1). <https://doi.org/10.55771/mppk.v4i1.44>
- Fitri, R. De, Kusniasih, S., & Sakti, B. (2023). Self-Efficacy dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe pada Ibu Hamil Trimester III di RSUD Al-Ihsan Provinsi Jawa Barat. *Jurnal Keperawatan Indonesia Florence Nightingale*, 3(1). <https://doi.org/10.34011/jkifn.v3i1.1372>
- Kristina Pebriyanti, Y. (2022). FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEPATUHAN IBU HAMIL DALAM MENGGUNAKAN TABLET Fe di PUSKESMAS KAMPUNG BALI TAHUN 2021. *Jurnal Kebidanan*, 12(1). [https://doi.org/10.33486/jurnal\\_kebidanan.v12i1.180](https://doi.org/10.33486/jurnal_kebidanan.v12i1.180)
- Lubis, C. F., Hilmi, I. L., & Salman, S. (2023). Review Artikel : Analisis Pengaruh Kepatuhan Dalam Mengonsumsi Tablet Fe Pada Ibu Hamil. *Journal of Pharmaceutical and Sciences*, 6(1). <https://doi.org/10.36490/journal-jps.com.v6i1.10>
- Mayasari, E. L., Tini, T., & Astuti, D. R. (2023). HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN KEPATUHAN MENGGUNAKAN TABLET FE PADA IBU HAMIL ANEMIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS TANAH KUNING TAHUN 2023. *Aspiration of Health Journal*, 1(3). <https://doi.org/10.55681/aohj.v1i3.185>
- Millah, A. S. (2020). HUBUNGAN KONSUMSI TABLET FE DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA IBU HAMIL DI DESA BAREGBEG WILAYAH KERJA PUSKESMAS BAREGBEG KABUPATEN CIAMIS TAHUN 2018. *Jurnal Keperawatan Galuh*, 1(1). <https://doi.org/10.25157/jkg.v1i1.1787>
- Nadiya, S., Gani, A., Fitria, N., & Rizana, N. (2023). Hubungan Kepatuhan Ibu Hamil Mengonsumsi Tablet Fe dengan Anemia di Puskesmas Peusangan Kabupaten Bireuen. *JOURNAL OF HEALTHCARE TECHNOLOGY AND MEDICINE*, 9(1).

<https://doi.org/10.33143/jhtm.v9i1.2931>

- Nurdimayanthi, D. A., Hilmi, I. L., & Salman, S. (2023). Review Artikel: Hubungan Tingkat Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil. *Journal of Pharmaceutical and Sciences*, 6(1). <https://doi.org/10.36490/journal-jps.com.v6i1.23>
- Omasti, N. K. K., Marhaeni, G. A., & Dwi Mahayati, N. M. (2022). Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Besi Dengan Kejadian Anemia Di Puskesmas Klungkung II. *Jurnal Ilmiah Kebidanan (The Journal Of Midwifery)*, 10(1). <https://doi.org/10.33992/jik.v10i1.1636>
- Pratiwi, Y., & Safitri, T. (2021). Kepatuhan Ibu Hamil Dalam Mengonsumsi Tablet Fe (Ferrum) Terhadap Kejadian Anemia Di Desa Langgenharjo Kecamatan Juwana. *Lambung Farmasi: Jurnal Ilmu Kefarmasian*, 2(1). <https://doi.org/10.31764/lf.v2i1.3857>
- PUTRI, P., PURNAMA EKA SARI, W. I., & ANDINI, I. F. (2023). HUBUNGAN KEPATUHAN KONSUMSI TABLET FE TERHADAP KEJADIAN ANEMIA PADA IBU HAMIL. *Journal Of Midwifery*, 11(2). <https://doi.org/10.37676/jm.v11i2.5115>
- Rohani, Rena Astuti, & Veradilla. (2023). PENGARUH PEMBERIAN KONSELING DENGAN MEDIA VIDEO DAN BOOKLET TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN KONSUMSI TABLET FE PADA IBU HAMIL ANEMIA. *Jurnal Kesehatan Dan Pembangunan*, 13(26). <https://doi.org/10.52047/jkp.v13i26.240>
- Sari, L. P., & Djannah, S. N. (2020). KEPATUHAN KONSUMSI TABLET FE PADA IBU HAMIL. *Quality : Jurnal Kesehatan*, 14(2). <https://doi.org/10.36082/qjk.v14i2.103>
- Sari, P. W., & Herdiani, N. (2022). Literature Review: Pola Makan dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil Trimester III. *JIK JURNAL ILMU KESEHATAN*, 6(2). <https://doi.org/10.33757/jik.v6i2.571>
- Simaremare, T., Manurung, K., & Sitorus, M. E. J. (2023). Faktor yang Mempengaruhi Kepatuhan Ibu Hamil dalam Mengonsumsi Tablet Fe dan Kaitannya dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Rustida*, 10(2). <https://doi.org/10.55500/jikr.v10i2.196>
- Simbolon, J. N., Adethia, K. A., Tarigan, E. F., Harahap, N. M., & Putri, M. (2023). Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Ketidapatuhan Ibu Hamil Dalam Mengonsumsi Tablet Fe. *Indonesian Health Issue*, 2(2). <https://doi.org/10.47134/inhis.v2i2.48>
- Sunarti, S. (2020). KADAR HEMOGLOBIN (HB) IBU HAMIL PRE DAN POST PEMBERIAN TABLET ZAT BESI (FE) DI UPTD PUSKESMAS KECAMATAN SANANWETAN KOTA BLITAR. *Jurnal Keperawatan Malang*, 5(1). <https://doi.org/10.36916/jkm.v5i1.102>
- Tampubolon, R., Lasamahu, J. F., & Panuntun, B. (2021). Identifikasi Faktor-Faktor Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Kecamatan Amahai Kabupaten Maluku Tengah. *Jurnal Sains Dan Kesehatan*, 3(4). <https://doi.org/10.25026/jsk.v3i4.432>
- Wigati, A., Nisak, A. Z., & Azizah, N. (2021). KEJADIAN ANEMIA BERDASARKAN KEPATUHAN IBU HAMIL DALAM KONSUMSI TABLET FE. *Indonesia Jurnal Kebidanan*, 4(2). <https://doi.org/10.26751/ijb.v4i2.1008>
- Zulya, M., Karjoso, T. K., Harnani, Y., Mitra, M., & Mahyudin, M. (2022). PERILAKU KEPATUHAN IBU HAMIL MENGONSUMSI TABLET ZAT BESI (FE) PADA MASA PANDEMI COVID 19. *Jurnal Kesmas (Kesehatan Masyarakat) Khatulistiwa*, 9(2). <https://doi.org/10.29406/jkkm.v9i2.3303>