

Journal of Comprehensive Science  
p-ISSN: 2962-4738 e-ISSN: 2962-4584  
Vol. 2 No. 1 Januari 2023

**PENGARUH KEPATUHAN KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH DAN  
POLA MAKAN TERHADAP KEJADIAN ANEMIA PADA IBU HAMIL  
TRIMESTER II DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS  
LONG IKIS**

Septi Kurniawati, Novi Pasiriani, Arsyawina  
Poltekkes Kaltim

Email: zeptikurnia@gmail.com, novipasiriani26@gmail.com, winarispi@gmail.com

**Abstrak**

Anemia merupakan gangguan hematologis yang paling sering ditemui pada wanita hamil. Terdapat beberapa faktor penyebab anemia pada ibu hamil diantaranya kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dan pola makan. Studi pendahuluan pada Puskesmas Long Ikis berdasarkan ibu hamil yang periksa Hb bulan Januari-Oktober 2021 diperoleh Hb < 8 mg/dl sebanyak 2 orang (anemia berat) dan Hb 8-11 mg/dl sebanyak 284 orang (anemia sedang) dari 422 orang ibu hamil yang diperiksa. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dan pola makan terhadap kejadian anemia pada ibu hamil trimester II. Jenis penelitian ini adalah survey analitik dengan menggunakan desain cross sectional. Populasi adalah ibu hamil trimester II di wilayah kerja Puskesmas Long Ikis sebanyak 211 orang, dengan besar sampel 138 orang. Teknik sampling menggunakan purposive sampling. Analisa data menggunakan uji chi-square. Karakteristik ibu hamil trimester II paling banyak umur 20-35 tahun (88,4%), paritas 1 anak (39,1%), pendidikan tamat SMA (60,1%) dan pekerjaan sebagai ibu rumah tangga (61,6%). Kejadian anemia sebagian besar tidak anemia (53,6%), patuh konsumsi tablet tambah darah (50,7%) dan pola makan tinggi mengonsumsi makanan yang mengandung zat besi berjumlah 75 orang (54,3%). Ada pengaruh kepatuhan konsumsi tablet tambah darah (p value : 0,017) dan pola makan (p value : 0,001) terhadap kejadian anemia pada ibu hamil trimester II. Kurangnya zat besi dan asam folat dapat menyebabkan anemia, untuk itu perlunya konsumsi table Fe dan makanan mengandung zat besi. Kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dan pola makan faktor mempengaruhi terhadap kejadian anemia pada ibu hamil.

**Kata Kunci:** Kepatuhan, Tablet Tambah Darah, Pola Makan, Anemia..

**Abstract**

*Anemia is the most common haematological disorder in pregnant women. There are several factors that cause anemia in pregnant women, including adherence to blood supplement consumption and diet. Preliminary study at the Long Ikis Health Center based on pregnant women who checked their Hb in January-October 2021 obtained Hb <8 mg/dl in 2 people (severe anemia) and Hb 8-11 mg/dl in 284 people (moderate anemia) from 422 mothers examined pregnant. The aim of the study was to determine the effect of adherence to blood supplement consumption and diet on the incidence of anemia in second trimester pregnant women. This type of research is an analytic survey using a cross sectional design. The population is pregnant women in their second*

*trimester in the working area of the Long Ikis Health Center as many as 211 people, with a sample size of 138 people. The sampling technique uses purposive sampling. Data analysis used the chi-square test.*

*Characteristics of pregnant women in the second trimester are mostly 20-35 years old (88.4%), parity of 1 child (39.1%), high school graduation education (60.1%) and work as a housewife (61.6%) . The incidence of anemia was mostly non-anemic (53.6%), adherent to consumption of iron supplement tablets (50.7%) and a diet high in consuming foods containing iron totaled 75 people (54.3%). There is an effect of adherence to blood supplement consumption tablets (p value : 0.017) and diet (p value : 0.001) on the incidence of anemia in second trimester pregnant women. Lack of iron and folic acid can cause anemia, for this reason it is necessary to consume table Fe and foods containing iron. Compliance with blood supplement consumption and diet are factors that influence the incidence of anemia in pregnant women.*

---

**Keywords:** *Compliance, Blood Supplement Tablets, Diet, Anemia.*

---

## **Pendahuluan**

Anemia merupakan gangguan hematologis yang paling sering ditemui pada wanita hamil. WHO tahun 2012 memperkirakan lebih dari 40% wanita hamil di seluruh dunia mengalami anemia, tahun 2014 prevalensi anemia pada ibu hamil yaitu sebesar 75%, tahun 2015 prevalensi anemia pada ibu hamil yaitu sebesar 38%, tahun 2016 prevalensi anemia pada ibu hamil yaitu sebesar 40,1%. Di Indonesia pada tahun 2013 ibu hamil yang mengalami anemia sebanyak 37,1% dan meningkat pada tahun 2018 menjadi 48,9%. Menurut Riskesdas tahun 2013 prevalensi anemia pada ibu hamil di Kalimantan Timur 13,9% menjadi 24,2% di tahun 2018 (Indonesia & Peraturan, 2018).

Beberapa bahaya anemia, baik terhadap kesehatan dan keselamatan ibu yang mengandung maupun janinnya meliputi depresi postpartum adalah depresi yang dialami oleh ibu setelah persalinan, risiko fatal bila terjadi perdarahan saat bersalin dan menyebabkan tubuh ibu hamil lebih sulit melawan infeksi, bayi lahir dengan berat badan renda terutama bila anemia terjadi pada trimester pertama kehamilan, bayi lahir premature dan berisiko mengalami gangguan tumbuh kembang, bayi lahir dengan anemia sehingga mengalami gangguan kesehatan dan gangguan tumbuh kembang, kematian janin sebelum maupun sesudah persalinan (Anggraini, Purnomo, & Trijanto, 2018). Melihat efek samping tersebut maka perlunya dilakukan penelitian mengenai kejadian anemia dengan melihat faktor yang mempengaruhinya sehingga kejadian anemia pada ibu hamil dapat dicegah atau diatasi.

Terdapat beberapa faktor penyebab anemia pada ibu hamil diantaranya kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dan pola makan. Kepatuhan konsumsi tablet tambah darah merupakan salah satu perilaku kesehatan yang dilakukan ibu hamil. Tingkat kepatuhan yang tinggi dapat menurunkan angka kejadian anemia pada ibu hamil. Kepatuhan mengonsumsi tablet Fe diartikan sebagai ketepatan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet Fe yaitu 1 tablet secara rutin minimal 90 hari selama masa kehamilan (Anggraini et al., 2018). Ditunjang penelitian terdahulu yang dilakukan (Izzati, Tamtomo, & Rahardjo, 2021) menunjukkan bahwa ada hubungan tingkat kepatuhan konsumsi tablet Fe ibu hamil dengan kejadian anemia pada ibu hamil Trimester III di Puskesmas Margasari.

Pola makan juga berhubungan dengan kejadian anemia. Pola makan yang dimaksud adalah konsumsi makanan sumber Fe, karena kebutuhan zat besi pada ibu hamil berlipat ganda dibandingkan dengan ibu yang tidak hamil dan salah satu untuk

memenuhi kebutuhan zat besi dapat melalui makanan. Ibu hamil trimester II mengalami anemia karena pola konsumsi makan yang masih rendah terutama konsumsi makan sumber Fe (Awalamaroh, Rahayu, & Yuliana, 2018). Ditunjang penelitian terdahulu yang dilakukan menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan pola makan dengan kejadian anemia pada ibu hamil.

Studi pendahuluan pada Puskesmas Long Ikis berdasarkan ibu hamil yang periksa Hb bulan Januari sampai Oktober 2021 diperoleh Hb < 8 mg/dl sebanyak 2 orang (anemia berat) dan Hb 8-11 mg/dl sebanyak 284 orang (anemia sedang) dari 422 orang ibu hamil yang diperiksa. Hasil wawancara awal pada 10 orang ibu hamil yang diperiksa diketahui bahwa 8 orang tidak rutin mengkonsumsi tablet tambah darah dan 2 orang rutin mengkonsumsi tablet tambah darah. Kemudian dilihat dari pola makan melalui wawancara diketahui bahwa responden pola makannya kurang beragam seperti konsumsi daging serta alternatif penggantinya mengandung protein, namun tidak mengandung vitamin C yang sangat dibutuhkan oleh tubuh.

### Metode Penelitian

Jenis penelitian ini adalah survey analitik dengan menggunakan desain cross sectional. Populasi penelitian ini adalah ibu hamil trimester II di wilayah kerja Puskesmas Long Ikis sebanyak 211 orang. Sampel berdasarkan perhitungan rumus Slovin diperoleh sebanyak 138 orang. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini random sampling. Sehingga sampel yang dipilih untuk mewakili 138 responden yaitu berdasarkan masing-masing desa di wilayah kerja Puskesmas Long Ikis yang dipilih menggunakan teknik proporsional random sampling. Responden kemudian dipilih menggunakan purposive sampling, dengan kriteria inklusi yaitu usia kehamilan trimester II (13-27 minggu), tinggal di wilayah kerja Puskesmas Long Ikis, usia ibu hamil antara 20-35 tahun, IMT sebelum hamil < 18,5 kg/m<sup>2</sup> (berat badan kurang), primigravida, pendapatan keluarga tidak lebih dari Upah Minimum Kabupaten Paser tahun 2022 sebesar Rp 3.062.460, rutin memeriksakan kehamilan ke Puskesmas Long Ikis, pernah mendapatkan tablet Fe dan bersedia menjadi responden. Sedangkan kriteria eksklusi yaitu sakit dan komplikasi kehamilan. Analisis data menggunakan uji chi-square.

### Hasil dan Pembahasan

#### A. Karakteristik Responden

**Tabel 1**  
**Distribusi Berdasarkan Karakteristik Responden**

No	Karakteristik Responden	N	%
1	<b>Umur</b>		
	< 20 tahun	13	9,4
	20-35 tahun	122	88,4
2	<b>Paritas</b>		
	> 35 tahun	3	2,2
	1 anak	54	39,1
	2 anak	50	36,2
2	<b>Pendidikan</b>		
	3 anak	24	17,4
	4 anak	10	7,2
	SD	17	12,3
3	<b>Pekerjaan</b>		
	SMP	38	27,5
	SMA	83	60,1
	IRT	85	61,6
	PNS	3	2,2
	Honor	6	4,3
	Pegawai Swasta	13	9,4
	Wiraswasta/Pedagang	31	22,5

Sumber : Data primer terolah, 2022

Paling banyak dengan umur antara 20-35 tahun berjumlah 122 orang (88,4%), paritas 1 anak berjumlah 54 orang (39,1%), pendidikan tamat SMA berjumlah 83 orang (60,1%) dan pekerjaan sebagai ibu rumah tangga berjumlah 85 orang (61,6%).

## B. Kejadian Anemia

**Tabel 2**  
**Distribusi Kejadian Anemia Pada Responden**

No	Kejadian Anemia	N	%
1	Tidak Anemia	74	53,6
2	Anemia	64	46,4
	Jumlah	138	100

Sumber : Data primer terolah, 2022

Kejadian anemia pada ibu hamil trimester II di wilayah kerja Puskesmas Long Ikis sebagian besar tidak anemia berjumlah 74 orang (53,6%), sedangkan anemia berjumlah 64 orang (46,4%).

## C. Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah

**Tabel 3**  
**Distribusi Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Responden**

No	Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah	N	%
1	Patuh	70	50,7
2	Kurang Patuh	68	49,3
	Jumlah	138	100

Sumber : Data primer terolah, 2022

Kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada ibu hamil trimester II di wilayah kerja Puskesmas Long Ikis sebagian besar patuh berjumlah 70 orang (50,7%), sedangkan kurang patuh berjumlah 68 orang (49,3%).

## D. Pola Makan

**Tabel 4**  
**Distribusi Pola Makan Pada Responden**

No	Pola Makan	N	%
1	Tinggi	75	54,3
2	Sedang	63	45,7
	Jumlah	138	100

Sumber : Data primer terolah, 2022

Pola makan pada ibu hamil trimester II di wilayah kerja Puskesmas Long Ikis sebagian besar tinggi mengonsumsi makanan yang mengandung zat besi berjumlah 75 orang (54,3%), sedangkan sedang berjumlah 63 orang (45,7%).

## E. Pengaruh kepatuhan konsumsi tablet tambah darah terhadap kejadian anemia pada ibu hamil trimester II

**Tabel 5**  
**Pengaruh kepatuhan konsumsi tablet tambah darah terhadap kejadian anemia pada ibu hamil trimester II**

No	Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah	Kejadian Anemia				Total	%	p value
		Tidak Anemia		Anemia				
		n	%	n	%			
1	Patuh	45	32,6	25	18,1	70	50,7	
2	Kurang Patuh	29	21	39	28,3	68	49,3	*0,017
Jumlah		74	53,6	64	46,4	138	100	

\* Analisis Uji Chi Square  $p < \alpha$   $\alpha = 0,05$

Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh hasil *p value*  $0,017 < \alpha : 0,05$  artinya ada pengaruh kepatuhan konsumsi tablet tambah darah terhadap kejadian anemia pada ibu hamil trimester II di wilayah kerja Puskesmas Long Ikis.

**F. Pengaruh pola makan terhadap kejadian anemia pada ibu hamil trimester II**

**Tabel 6**  
**Pengaruh pola makan terhadap kejadian anemia pada ibu hamil trimester II**

No	Pola Makan	Kejadian Anemia				Total	%	p value
		Tidak Anemia		Anemia				
		n	%	n	%			
1	Tinggi	50	36,2	25	18,1	75	54,3	
2	Sedang	24	17,4	39	28,3	63	45,7	*0,001
Jumlah		74	53,6	64	46,4	138	100	

\* Analisis Uji Chi Square  $p < \alpha$   $\alpha = 0,05$

Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh hasil *p value*  $0,001 < \alpha : 0,05$  artinya ada pengaruh pola makan terhadap kejadian anemia pada ibu hamil trimester II di wilayah kerja Puskesmas Long Ikis.

**G. Kejadian Anemia**

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa kejadian anemia pada ibu hamil trimester II di wilayah kerja Puskesmas Long Ikis sebagian besar tidak anemia berjumlah 74 orang (53,6%), sedangkan anemia berjumlah 64 orang (46,4%). Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian menunjukkan bahwa ibu hamil sebagian besar tidak mengalami anemia. Penelitian (Izzati et al., 2021) menunjukkan bahwa ibu hamil sebagian besar tidak mengalami anemia. Begitupula penelitian menunjukkan bahwa ibu hamil sebagian besar tidak mengalami anemia.

Kurangnya zat besi dan asam folat dapat menyebabkan anemia. Proses kekurangan zat besi sampai menjadi anemia melalui beberapa tahap. Awalnya terjadi penurunan simpanan cadangan zat besi, bila tidak dipenuhi masukan zat besi lama kelamaan timbul gejala anemia disertai penurunan kadar hemoglobin. Menurut (Manuaba, 2018) ciri-ciri dan tanda tanda gejala anemia antara lain pucat, lemah, nafas pendek, dan nafsu makan hilang. Anemia pada kehamilan dapat berakibat buruk pada ibu dan janin yang dikandung.

Bahaya selama kehamilan adalah terjadi abortus, persalinan premature, hambatan tumbuh kembang janin dalam kandungan, mudah terjadi infeksi, ancaman dekompensasi kordis ( $Hb < 6$  gr%), mola hidatidosa, hyperemesis gravidarum, perdarahan antepartum, dan ketuban pecah dini. Dampak anemia pada bayi yaitu, bayi lahir sebelum waktunya, berat badan lahir rendah, kematian bayi, serta meningkatnya angka kesakitan bayi (Rahman, Prabamurti, & Riyanti, 2016).

Berdasarkan uraian di atas, peneliti berasumsi bahwa sebagian besar responden tidak mengalami anemia. Hal ini dikarenakan kebutuhan zat besi meningkat selama kehamilan dapat terpenuhi.

#### **H. Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah**

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada ibu hamil trimester II di wilayah kerja Puskesmas Long Ikis sebagian besar patuh berjumlah 70 orang (50,7%), sedangkan kurang patuh berjumlah 68 orang (49,3%). Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian (Izzati et al., 2021) menunjukkan bahwa ibu hamil sebagian besar patuh konsumsi tablet Fe. Penelitian Awalamaroh (2018) menunjukkan bahwa ibu hamil sebagian besar patuh mengonsumsi tablet Fe.

Kepatuhan mengonsumsi tablet besi didefinisikan perilaku ibu hamil yang mentaati semua petunjuk yang dianjurkan oleh petugas kesehatan dalam mengonsumsi tablet besi. Kepatuhan konsumsi tablet besi diperoleh melalui perhitungan tablet yang tersisa. Ibu hamil dikategorikan patuh apabila angka kepatuhannya mencapai 90%. Sebaliknya ibu hamil dikatakan tidak patuh apabila angka kepatuhannya <90% (Rahmawati & Subagio, 2012). Berdasarkan uraian di atas, peneliti berasumsi bahwa sebagian besar responden patuh mengonsumsi tablet tambah darah, yang mana mengonsumsi 90 tablet Fe pada masa kehamilan efektif memenuhi kebutuhan zat besi sesuai dengan angka kecukupan gizi ibu hamil.

#### **I. Pola Makan**

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa pola makan pada ibu hamil trimester II di wilayah kerja Puskesmas Long Ikis sebagian besar tinggi mengonsumsi makanan yang mengandung zat besi berjumlah 75 orang (54,3%), sedangkan sedang berjumlah 63 orang (45,7%). Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Gozali (2018) menunjukkan bahwa sebagian besar pola makan pada ibu hamil baik dengan mengonsumsi makanan yang banyak mengandung zat besi. Pola makan adalah cara seseorang atau kelompok orang dalam memilih makanan dan memakannya sebagai tanggapan terhadap pengaruh fisiologi, psikologi budaya dan sosial. Kejadian anemia sering dihubungkan dengan pola konsumsi yang rendah kandungan zat besinya serta makanan yang dapat memperlancar dan menghambat absorpsi zat besi (BULKIS, 2013).

Pola makan yang tidak seimbang akan menyebabkan ketidakseimbangan zat gizi yang masuk ke dalam tubuh dan dapat menyebabkan terjadinya kekurangan gizi atau sebaliknya pola konsumsi yang tidak seimbang juga mengakibatkan zat gizi tertentu berlebih dan menyebabkan terjadinya gizi lebih. Pada ibu hamil terdapat penambahan kebutuhan zat gizi di setiap trimester. Pola makan yaitu gambaran mengenai macam dan jumlah bahan makanan yang dimakan tiap hari oleh satu orang. Agar mencapai gizi seimbang maka setiap ibu hamil diharapkan mengonsumsi minimal satu jenis makanan yang bersumber dari bahan makanan karbohidrat, protein hewani, protein nabati, sayuran dan buah, selain itu jumlah makanan disesuaikan dengan kebutuhan ibu hamil. Petunjuk pola makan yang sehat adalah makanan yang dikonsumsi memiliki jumlah kalori dan zat gizi yang sesuai dengan kebutuhan seperti karbohidrat, lemak, protein, vitamin, mineral, serat dan air. Selain itu, pola makan harus diatur secara rasional, yaitu 3 kali sehari (pagi, siang dan malam). Zat-zat yang dibutuhkan ibu Hamil meliputi a) Kalori, b) Asam Folat, c) Protein, d) Kalsium, e) Vitamin, f) zat Besi, g) Vitamin C, h) Vitamin D (Juliarti, 2017).

Berdasarkan uraian di atas, peneliti berasumsi bahwa sebagian besar pola makan pada ibu hamil baik dengan mengonsumsi makanan yang banyak mengandung zat besi. Pola makan yang dimaksud adalah konsumsi makanan sumber Fe, karena

kebutuhan zat besi pada ibu hamil berlipat ganda dibandingkan dengan ibu yang tidak hamil dan salah satu untuk memenuhi kebutuhan zat besi dapat melalui makanan. Ibu hamil trimester II mengalami anemia karena pola konsumsi makan yang masih rendah terutama konsumsi makan sumber Fe.

#### **J. Pengaruh kepatuhan konsumsi tablet tambah darah terhadap kejadian anemia pada ibu hamil trimester II**

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa responden patuh konsumsi tablet tambah darah yang tidak anemia berjumlah 45 orang (32,6%) dan terdapat anemia berjumlah 25 orang (18,1%). Pada responden kurang patuh konsumsi tablet tambah darah yang anemia berjumlah 39 orang (28,3%) dan terdapat tidak anemia berjumlah 29 orang (21%). Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh hasil p value  $0,017 < \alpha : 0,05$  artinya ada pengaruh kepatuhan konsumsi tablet tambah darah terhadap kejadian anemia pada ibu hamil trimester II di wilayah kerja Puskesmas Long Ikis.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian (Izzati et al., 2021) menunjukkan bahwa ada hubungan tingkat kepatuhan konsumsi tablet Fe ibu hamil Trimester III dengan kejadian anemia pada ibu hamil trimester III. Penelitian Awalamaroh (2018) menunjukkan bahwa terdapat hubungan kepatuhan mengonsumsi tablet Fe dengan status anemia pada ibu hamil usia kehamilan  $\geq 36$  minggu. Kepatuhan mengonsumsi tablet Fe diartikan sebagai ketepatan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet Fe yaitu 1 tablet secara rutin minimal 90 hari selama masa kehamilan (Anggraini et al., 2018). Keberhasilan pemberian tablet Fe bergantung pada patuh tidaknya ibu hamil dalam mengonsumsi tablet Fe. Cakupan pemberian tablet Fe yang tinggi tidak memberikan dampak penurunan anemia jika kepatuhan konsumsi tablet Fe masih rendah ((Sarah & Irianto, 2018).

Mengonsumsi 90 tablet Fe pada masa kehamilan efektif memenuhi kebutuhan zat besi sesuai dengan angka kecukupan gizi ibu hamil serta menurunkan prevalensi anemia sebanyak 20-25%. Ibu hamil yang mengonsumsi tablet Fe selama 12 minggu menunjukkan peningkatan kadar hemoglobin dari 8.45 gr/dl menjadi 11.45 gr/dl. Pemberian suplementasi tablet zat besi dengan waktu dan cara yang benar dapat mendukung kegiatan WHO dalam mencapai target kadar hemoglobin 11 gr/dl (Paendong, Suparman, & Tendean, 2016). Berdasarkan uraian di atas, peneliti berasumsi bahwa ada pengaruh kepatuhan konsumsi tablet tambah darah terhadap kejadian anemia pada ibu hamil trimester II di wilayah kerja Puskesmas Long Ikis. Tingkat kepatuhan yang tinggi dapat menurunkan angka kejadian anemia pada ibu hamil. Kepatuhan mengonsumsi tablet Fe diartikan sebagai ketepatan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet Fe yaitu 1 tablet secara rutin minimal 90 hari selama masa kehamilan

#### **K. Pengaruh pola makan terhadap kejadian anemia pada ibu hamil trimester II**

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa responden tinggi mengonsumsi makanan yang mengandung zat besi yang tidak anemia berjumlah 50 orang (36,2%) dan terdapat anemia berjumlah 25 orang (18,1%). Pada responden sedang mengonsumsi makanan yang mengandung zat besi yang anemia berjumlah 39 orang (28,3%) dan terdapat tidak anemia berjumlah 24 orang (17,4%). Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh hasil p value  $0,001 < \alpha : 0,05$  artinya ada pengaruh pola makan terhadap kejadian anemia pada ibu hamil trimester II di wilayah kerja Puskesmas Long Ikis.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Gozali (2018) menunjukkan bahwa pola makan pada ibu hamil berhubungan bermakna dengan kejadian anemia.

Pola makan yang baik bagi ibu hamil harus memenuhi sumber karbohidrat, protein dan lemak serta vitamin dan mineral, yang disesuaikan dengan kebutuhan selama masa kehamilan. Pola makan disini menyangkut jenis dan jumlah makanan, dimana jenis dan jumlah makanan yang harus dipenuhi pada masa kehamilan yaitu nasi/pengganti 4-5 ½ piring, lauk hewani 4-5 potong, lauk nabati 2-4 potong sayuran 2-3 mangkok, buah-buahan 3 potong, minum air tidak kurang dari 8 gelas perhari. Pola makan yang kurang baik merupakan salah satu faktor terjadinya anemia pada masa kehamilan terutama karena kurangnya konsumsi makanan yang kaya akan zat besi (Depkes RI, 2016).

Berdasarkan uraian di atas, peneliti berasumsi bahwa ada pengaruh pola makan terhadap kejadian anemia pada ibu hamil trimester II di wilayah kerja Puskesmas Long Ikis. Pola makan juga berhubungan dengan kejadian anemia. Pola makan seimbang terdiri dari berbagai makanan dalam jumlah dan proporsi yang sesuai untuk memenuhi kebutuhan gizi seseorang. Pola makan yang tidak seimbang akan menyebabkan ketidakseimbangan zat gizi yang masuk kedalam tubuh dan dapat menyebabkan terjadinya kekurangan gizi atau sebaliknya pola konsumsi yang tidak seimbang juga mengakibatkan zat gizi tertentu berlebih dan menyebabkan terjadinya gizi lebih.

### **Kesimpulan**

Berdasarkan teori, artikel yang relevan dan pembahasan maka dapat disimpulkan bahwa, Karakteristik ibu hamil trimester II di wilayah kerja Puskesmas Long Ikis paling banyak umur 20-35 tahun berjumlah 122 orang (88,4%), paritas 1 anak berjumlah 54 orang (39,1%), pendidikan tamat SMA berjumlah 83 orang (60,1%) dan pekerjaan sebagai ibu rumah tangga berjumlah 85 orang (61,6%). Kejadian anemia pada ibu hamil trimester II di wilayah kerja Puskesmas Long Ikis sebagian besar tidak anemia berjumlah 74 orang (53,6%), sedangkan anemia berjumlah 64 orang (46,4%).

Kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada ibu hamil trimester II di wilayah kerja Puskesmas Long Ikis sebagian besar patuh berjumlah 70 orang (50,7%), sedangkan kurang patuh berjumlah 68 orang (49,3%). Pola makan pada ibu hamil trimester II di wilayah kerja Puskesmas Long Ikis sebagian besar tinggi mengonsumsi makanan yang mengandung zat besi berjumlah 75 orang (54,3%), sedangkan sedang berjumlah 63 orang (45,7%).

Ada pengaruh kepatuhan konsumsi tablet tambah darah terhadap kejadian anemia pada ibu hamil trimester II di wilayah kerja Puskesmas Long Ikis ( $p$  value :  $0,017 < \alpha : 0,05$ ). Ada pengaruh pola makan terhadap kejadian anemia pada ibu hamil trimester II di wilayah kerja Puskesmas Long Ikis ( $p$  value :  $0,001 < \alpha : 0,05$ ).

### **BIBLIOGRAFI**

- Anggraini, Dina Dewi, Purnomo, Windhu, & Trijanto, Bambang. (2018). Interaksi Ibu Hamil Dengan Tenaga Kesehatan Dan Pengaruhnya Terhadap Kepatuhan Ibu Hamil Mengonsumsi Tablet Besi (Fe) Dan Anemia Di Puskesmas Kota Wilayah Selatan Kota Kediri. *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*, 21(2), 89–92.
- Awalamaroh, Fiqriah Ayu, Rahayu, L. S., & Yuliana, I. (2018). Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe Berhubungan Dengan Status Anemia Pada Ibu Hamil. *Argipa*, 2(3), 80–90.
- Bulkis, A. (2013). *Ubungan Pola Konsumsi Dengan Status Hemoglobin Pada Ibu Hamil Di Kabupaten Gowa Tahun 2013*. Universitas Hasanuddin.
- Indonesia, Vitaminyang Di Anjurkan Bagi Bangsa, & Peraturan, Lampiran. (2018). Egc. *Journal Of Chemical Information And Modeling*, 53(9), 1689–1699.

- Izzati, Aghnia Ilma, Tamtomo, Didik, & Rahardjo, Setyo Sri. (2021). *Hubungan Tingkat Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia Ibu Hamil Di Puskesmas Margasari*. Prosiding Seminar Nasional Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah ....
- Juliarti, Widya. (2017). Hubungan Faktor Penyebab Dengan Kejadian Anemia Di Puskesmas Melur. *Jurnal Kebidanan*, 8, 25–28.
- Manuaba, Ida. (2018). Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan Dan Keluarga Berencana Untuk Pendidikan Bidan, Edisi I, Jakarta, Egc.(1999). *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita*.
- Paendong, Florencia T., Suparman, Eddy, & Tendean, Hermie M. M. (2016). Profil Zat Besi (Fe) Pada Ibu Hamil Dengan Anemia Di Puskesmas Bahu Manado. *E-Clinic*, 4(1).
- Rahman, Adi Nur, Prabamurti, Priyadi Nugraha, & Riyanti, Emmy. (2016). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Pencarian Pelayanan Kesehatan (Health Seeking Behavior) Pada Santri Di Pondok Pesantren Al Bisyrî Tinjomoyo Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip)*, 4(5), 246–258.
- Rahmawati, Febriana, & Subagio, Hertanto Wahyu. (2012). *Kepatuhan Konsumsi Tablet Besi Folat Pada Ibu Hamil Dan Faktor Yang Mempengaruhi*. Diponegoro University.
- Sarah, Sophia, & Irianto, Irianto. (2018). Pengaruh Tingkat Kepatuhan Minum Tablet Fe Terhadap Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester Iii Di Puskesmas Pejeruk Tahun 2017. *Jurnal Kedokteran Yarsi*, 26(2), 75–85.



**This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.**