

## Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Pada Ibu Hamil Trimester Iii Dengan Anemia Ringan

Ayu Stefani Yuliana Putri<sup>1</sup>, Erna Kusumawati<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Diploma III Kebidanan, Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Semarang  
Email : [ayustefanisyp@gmail.com](mailto:ayustefanisyp@gmail.com)

### Abstrak

**Latar Belakang :** Anemia merupakan kondisi medis yang terjadi ketika jumlah sel darah merah yang ada di dalam tubuh lebih rendah dari jumlah normal. Selama masa kehamilan terjadi peningkatan volume darah (hypervolemia). Hypervolemia adalah hasil dari peningkatan volume plasma dan eritrosit (sel darah merah) yang berada dalam tubuh namun peningkatan ini tidak seimbang yaitu peningkatan volume plasma jauh lebih besar sebagai akibatnya akan berdampak pada konsentrasi hemoglobin yang berkurang menjadi 12g/100 mililiter. Pengenceran darah (hemodilusi) pada ibu hamil sering terjadi karena peningkatan volume plasma 30%-40%, peningkatan sel darah 18%-30% serta hemoglobin 19%. Pengenceran darah (hemodilusi) dapat terjadi semenjak usia kehamilan 10 minggu sampai pada puncaknya yaitu usia kehamilan 32 – 36 minggu. Berkaitan dengan anemia pada kehamilan kebanyakan anemia disebabkan oleh defisiensi besi serta perdarahan akut, bahkan tidak jarang keduanya saling berinteraksi. Di Indonesia menunjukkan bahwa proporsi kejadian anemia ibu hamil meningkat sebesar 48,9%, sedangkan angka anemia ibu hamil di Kota Semarang pada tahun 2021 mencapai 10,43%. **Tujuan :** Mengkaji pada ibu hamil trimester 3 dengan anemia ringan **Metode :** Penelitian Studi kasus menggambarkan anemia ringan dalam kehamilan yang dialami seorang ibu hamil trimester III. **Hasil :** Melalui Studi informasi Edukasi yang dilakukan penulis kepada Ny. M umur 25 tahun GIPOA1 dengan anemia ringan didapatkan bahwa Ny. M patuh mengkonsumsi tablet fe sebanyak dua kali sehari untuk mempersiapkan proses persalinnya. **Kesimpulan :** Strategi monitoring kepatuhan dapat dipilih sesuai dengan karakteristik responden, ketersediaan, dan mudah dilakukan dari beberapa metode yang ada. Edukasi dan konseling sangat perlu diberikan kepada ibu hamil saat melakukan kunjungan antenatal mereka ke fasilitas kesehatan terkait dengan manfaat utama dari tablet Fe, baik bagi ibu maupun janinnya.  
Kata Kunci : Anemia, Kehamilan, Tablet FE

### Abstract

**Background:** Anemia is a medical condition that occurs when the number of red blood cells in the body is lower than normal. During pregnancy there is an increase in blood volume (hypervolemia). Hypervolemia is the result of an increase in the volume of plasma and erythrocytes (red blood cells) in the body, but this increase is not balanced, namely the increase in plasma volume is much greater as a result which will have an impact on the hemoglobin concentration which is reduced to 12g/100 milliliters. Blood thinning (hemodilution) in pregnant women often occurs due to an increase in plasma volume of 30%-40%, an increase in blood cells of 18%-30% and hemoglobin of 19%. Blood thinning (hemodilution) occurs from 10 weeks of pregnancy and reaches its peak at 32 – 36 weeks of pregnancy. Regarding anemia in pregnancy, most anemia is caused by iron deficiency and acute bleeding, and it is not uncommon for the two to interact with each other. In Indonesia, it shows that the proportion of cases of anemia in pregnant women has increased by 48.9%, while the rate of anemia in pregnant women in Semarang City in 2021 will reach 10.43%. **Objective:** To examine pregnant women in the third trimester with mild anemia. **Method:** Case study research describes mild anemia in pregnancy experienced by a pregnant woman in the third trimester. **Results:** Through an educational information study conducted by the author on Mrs. M, 25 years old GIPOA1 with mild anemia, it was found that Mrs. M obediently takes fe tablets twice a day to prepare for the birthing process. **Conclusion:** Compliance monitoring strategies can be selected from several existing methods according to respondent characteristics, availability, and are easy to carry out. Education and counseling really need to be given to pregnant women during their antenatal visits to health facilities regarding the main benefits of Fe tablets, both for the mother and the fetus.  
Keywords: Anemia, Pregnancy, FE Tablets

## PENDAHULUAN

Kepatuhan mengkonsumsi tablet zat besi pada ibu hamil merupakan ketaatan ibu hamil dalam melaksanakan anjuran petugas kesehatan untuk mengkonsumsi tablet zat besi. Kepatuhan mengkonsumsi tablet zat besi dapat diukur dari ketepatan jumlah tablet zat besi yang dikonsumsi, ketepatan cara mengkonsumsi tablet zat besi, serta frekuensi konsumsi tablet zat besi perhari (Marlina & Mardhiah, 2019).

Anemia merupakan kondisi medis yang dapat terjadi ketika jumlah sel darah merah dalam tubuh lebih rendah dari jumlah normal. Sel darah merah adalah sel darah yang bertanggung jawab untuk mengirimkan oksigen dari paru-paru ke seluruh tubuh.

Kehamilan adalah kondisi ketika seorang wanita sedang mengandung janin yang berada di dalam rahimnya, terjadi karena hasil dari sel sperma dengan sel ovum yang akan tumbuh serta berkembang menjadi bayi dan akan dilahirkan setelah usia kehamilan mencapai 40 minggu atau kurang lebih 9 - 10 bulan lamanya (Purwaningrum, 2019).

Anemia pada ibu hamil disebut juga dengan “*potential danger to mother child*” (potensi membahayakan ibu dan anak), sebab itulah maka anemia mengutamakan perhatian serius dari semua pihak terutama yang berkaitan dalam pelayanan kesehatan (Astuti & Ertiana, 2018).

Menurut WHO angka kematian ibu yang paling tinggi terjadi pada konflik kesehatan di negara-negara berkembang. AKI pada tahun 2021 mengalami peningkatan menjadi 158,8 kematian per 100.000 kelahiran hidup, dan AKB pada tahun 2021 adalah 17,3 kematian per 1.000 kelahiran hidup. Tingginya AKI dan AKB disebabkan dengan komplikasi pada kehamilan serta pada persalinan (WHO, 2022).

Berdasarkan data yang didapat dari Puskesmas AKI di Kota Semarang di tahun 2021 sebesar 21 kasus dari 22.030 KH mengalami penurunan pada tahun 2022 menjadi 15 orang. Sedangkan jumlah kematian bayi yang terjadi di Kota Semarang sebesar 133 menurun menjadi 125 dari 22.030 KH, sebagai akibatnya didapatkan AKB sebanyak 5,68 per 1.000 KH. Terkait dengan anemia yang terjadi pada kehamilan mayoritas anemia disebabkan oleh defisiensi besi dan perdarahan akut, bahkan tidak jarang keduanya saling berinteraksi. Di Indonesia menunjukkan bahwa proporsi kejadian anemia ibu hamil semakin tinggi sebanyak 48,9%, sedangkan angka anemia ibu hamil di Kota Semarang di tahun 2021 mencapai 10,43% (Dinkes Kota Semarang, 2021).

Faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi terjadinya anemia pada ibu hamil antara lain faktor yang merusak serta membantu penyerapan terhadap zat besi, seperti contohnya yaitu cara minum tablet Fe, umur, paritas serta jenis makanan yang dikonsumsi oleh ibu hamil. Penyerapan zat besi dapat maksimal apabila :

1. Minum zat besi diantara waktu makan atau pada saat 30 menit sebelum makan, karena penyerapan berlangsung lebih baik saat lambung kosong.
2. Menghindari mengkonsumsi kalsium beserta zat besi (susu, antasida, makanan tambahan prenatal), sebab akan mengganggu proses penyerapan zat besi pada tubuh.
3. Mengkonsumsi vitamin C seperti (jus, jeruk, jambu, serta tambahan vitamin C), karena dapat digunakan dalam meningkatkan absorpsi zat besi *non heme* (berasal dari tumbuhan).
4. Makanan dapat diolah dengan jumlah air yang minimal supaya dalam proses memasak tidak membutuhkan waktu yang lama (singkat), karena zat besi akan lebih mudah diserap oleh bahan makanan dibandingkan dengan zat besi oral.

5. Mengonsumsi daging, unggas, serta ikan. Makanan tersebut telah mengandung bahan makanan yang lebih mudah untuk diserap dan digunakan dibandingkan zat besi pada bahan makanan yang lain.

Oleh sebab itu untuk menghindari terjadinya anemia pada ibu hamil dianjurkan seorang ibu hamil wajib mengonsumsi tablet Fe. Dengan cara mengonsumsi tablet Fe secara benar akan mengurangi kejadian anemia terhadap ibu hamil, karena kebutuhan terhadap zat besi akan terpenuhi, sehingga tidak terjadi kekurangan zat besi yang dapat mengakibatkan terjadinya anemia pada ibu hamil. Selain kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet Fe, jumlah ibu hamil yang menderita anemia masih tinggi disebabkan karena cara menyimpan tablet Fe yang belum benar. Tablet Fe jika disimpan pada tempat yang terbuka, dan terkena udara lembab dapat mengalami oksidasi. Jika hal ini terjadi maka kemungkinan tablet Fe menjadi tidak efektif lagi.

Tercatat 12 dari 19 ibu hamil melakukan ANC terpadu di PMB Istirochah, S.SiT, Bd, M.Kes sebagai akibatnya pada saat persalinan tidak adanya komplikasi. tetapi sebanyak 7 ibu hamil di PMB Istirochah, S.SiT, Bd, M.Kes Kota Semarang tidak melakukan kunjungan ANC secara teratur yang akibatnya pada saat menjelang persalinan ada beberapa faktor komplikasi yang dialami ibu maupun janinya sehingga harus dilakukan rujukan (PMB Istirochah, S.SiT, Bd, M.Kes, 2023).

Asuhan yang diberikan pada penelitian ini berkaitan dengan pelayanan kebidanan dilakukan untuk mengkaji pada ibu hamil trimester III di PMB Istirochah, S.SiT, Bd, M.Kes Kota Semarang.

## **METODE PENELITIAN**

Metode yang digunakan terhadap penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan studi penelaah kasus (*Case Study*). Sebelum pengambilan data subjek diberikan *informed consent*, serta peneliti menjamin kerahasiaan data yang diberikan oleh subjek. Penelitian dilaksanakan di PMB Istirochah, S.SiT, Bd, M.Kes Kota Semarang, dari Bulan Februari sampai dengan April 2023. Sampel penelitian ini yaitu Ny. M umur 25 tahun GIPOAI. Instrumen yang digunakan yaitu pedoman observasi, wawancara serta studi informasi edukasi.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Ny. M umur 25 tahun, GIPO AI usia kehamilan 38<sup>+1</sup> minggu dengan anemia ringan di PMB Istirochah, S.SiT, Bd, M.Kes Kota Semarang. Hasil anamnesa yang dilakukan oleh bidan terhadap Ny. M pada saat kunjungan ANC trimester III yaitu, Keadaan umum baik, hasil pemeriksaan fisik konjungtiva pucat/anemis, Tekanan darah Ny. M selama kehamilan berkisar 110/70 mmHg dan paling rendah pada saat kunjungan ketiga yaitu 90/70 mmHg, N: 88 x/menit, RR: 22 x/menit, akral hangat. BB sebelum hamil 47 kg setelah hamil 64 kg, TB 158 cm, LILA 26 cm, TFU 32 cm, DJJ 140x/menit, Imunisasi TT 2x. Selama hamil asupan makanan yang dikonsumsi oleh Ny. M yaitu sayur, ayam, telur, tahu, dan tempe, serta sering diselingi buah-buahan. Ny. M mengonsumsi 90 tablet Fe selama hamil, yang diberikan pada saat kunjungan pertama serta setiap tablet Fe ibu habis, selain itu Ny. M telah melakukan pemeriksaan laboratorium khusus dan rutin

seperti tes Hb, dilakukan pada kunjungan pertama serta kunjungan ketiga yang menjadi penilaian dari asuhan yang dilakukan.

Ny. M didiagnosa anemia ringan pada usia kehamilan trimester III, hal tersebut didapat berdasarkan hasil pemeriksaan laboratorium pada tanggal 1 Februari 2023 yaitu kadar hemoglobin 9.9 g/dl yang menunjukkan bahwa Ny. M mengalami (anemia ringan). Sesuai dengan tinjauan teori yang ada menyatakan bahwa anemia merupakan suatu kondisi kekurangan sel darah merah atau hemoglobin. Ibu hamil dikatakan anemia jika kadar hemoglobin (HB) < 11 gram/dl. Menurut (Pratiwi, 2019) anemia digolongkan sebagai berikut :

1. Hb 11 gr/dl (tidak anemia)
2. Hb 9-10 gr/dl (anemia ringan)
3. Hb 7-8 gr/dl (anemia sedang)
4. Hb < 7 gr/dl (anemia berat)

Anemia pada ibu hamil dapat meningkatkan frekuensi komplikasi yang terjadi pada saat kehamilan, persalinan, resiko kematian maternal, angka prematuritas, berat badan bayi lahir rendah, dan angka kematian prenatal. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Larumpa pada tahun 2017, yang menjelaskan bahwa terdapat hubungan antara anemia pada ibu hamil dengan kejadian partus prematur menunjukkan nilai sebesar (39,6%).

Berdasarkan hasil pengkajian yang dilakukan dapat ditegaskan penyebab terjadinya anemia ringan yaitu karena ketidakseimbangan nutrisi yang kurang dari kebutuhan tubuh.

Intervensi yang diberikan pada kasus Ny. M yaitu asuhan kebidanan dengan melakukan pemantauan konsumsi tablet Fe dan memberikan konseling tentang pemenuhan kebutuhan nutrisi pada ibu hamil, memperbanyak makan-makanan yang mengandung zat besi, mengkonsumsi sayuran berwarna hijau, dan makanan yang bergizi lainnya, menganjurkan ibu untuk minum suplemen tablet Fe 2 kali sehari yang diminum bersamaan dengan vitamin C, dengan cara mengkonsumsi menggunakan jus buah atau air putih, serta ibu tidak dianjurkan mengkonsumsi tablet Fe menggunakan teh, kopi atau susu, dianjurkan 2 jam sebelum atau sesudah minum tablet Fe tidak minum teh, kopi atau susu karena mengganggu penyerapan zat besi itu sendiri, sehingga pada saat melahirkan anemia pada ibu dapat diatasi.

Zat besi (Fe) merupakan mikro elemen esensial bagi tubuh yang diperlukan dalam sintesa hemoglobin. Mengkonsumsi tablet Fe sangat berkaitan dengan kadar hemoglobin pada ibu hamil. Anemia defisiensi zat besi banyak dialami oleh ibu hamil yang disebabkan karena kurangnya kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe ataupun cara mengkonsumsi yang salah sehingga dapat mengakibatkan kurangnya penyerapan zat besi dalam tubuh ibu.

Anemia dapat menyebabkan berbagai komplikasi diantaranya adalah kelelahan serta stress pada organ tubuh. Sebagaimana dari hasil penelitian yang dikemukakan oleh Ratna dalam Nurmawati dimana ibu dengan anemia 63,5% bisa mengakibatkan persalinan lama (Nurmawati et al., 2019). Kadar hemoglobin dalam darah bagi ibu inpartu

sangat berpengaruh terhadap keadaan tubuh ibu agar tidak lelah dalam menghadapi persalinan.

Dampak anemia pada persalinan dapat mengakibatkan terjadinya gangguan his, kekuatan mengejan baik inersia uteri utama maupun inersia uteri sekunder. Pada kala I akan berlangsung lama dan terjadi partus lama. Pada kala II terjadi partus lama sebagai akibatnya memerlukan tindakan serta operasi kebidanan, terjadi asfiksia pada bayi baru lahir, fistula, sepsis puerperalis, bahkan sampai pada kematian janin. Pada kala III dapat diikuti dengan retensio plasenta, postpartum hemoragik karena atonia uteri. Pada kala IV dapat terjadi perdarahan post partum sekunder, atonia uteri serta ruptur uteri (Retnorini et al., 2017).

Hasil dari observasi dan wawancara setelah dilakukan pengkajian oleh penulis kepada Ny. M umur 25 tahun G1P0A1 hamil trimester III didapatkan bahwa Ny. M patuh mengkonsumsi tablet Fe setiap harinya dengan baik sebanyak 2 kali, selain itu Ny. M selalu memperhatikan cara meminum tablet Fe dan cara menyimpan tablet Fe yang benar sehingga tidak mengganggu proses penyerapan tablet Fe dalam mempersiapkan persalinannya supaya tidak terjadi komplikasi yang tidak diinginkan, karena kadar haemoglobin pada saat pemeriksaan laboratorium pada Ny. M menunjukkan hasil 9,9 gr/dl (anemia ringan). Hal ini selaras dengan penelitian dari (Hidayati & Chalik, 2019) 84,9% ibu hamil yang patuh meminum tablet Fe. Dari nilai ini 67,1% yang tidak mengalami anemia dan 32,9% anemia menyimpulkan bahwa risiko anemia 5,096 kali pada ibu hamil yang tidak patuh dalam meminum tablet Fe dibandingkan dengan yang patuh.

## KESIMPULAN

Mengingat pentingnya mengkonsumsi tablet Fe selama masa kehamilan untuk mencegah terjadinya anemia, maka dari hasil ini perlunya peningkatan edukasi, motivasi, serta monitoring terhadap ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet Fe selama masa kehamilan. Strategi monitoring kepatuhan dapat dipilih sesuai dengan karakteristik responden, ketersediaan, serta mudah dilakukan dari beberapa metode yang ada. Selain itu edukasi serta konseling sangat perlu diberikan kepada ibu hamil ketika kunjungan antenatal mereka ke fasilitas kesehatan terkait manfaat primer dari tablet Fe, baik bagi ibu maupun janinnya.

## REFERENSI

- Astuti, R. yuli, & Ertiana, D. (2018). *Anemia Dalam Kehamilan*. CV. Pustaka Abadi.
- Dinkes Kota Semarang, 2021. (2021). Profil Kesehatan Kota Semarang 2021. *Dinas Kesehatan Kota Semarang*, 30.
- Hidayati, & Chalik, R. (2019). Kepatuhan Ibu Hamil Dalam Meminum Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia Di Puskesmas Maccini Sawah Kota Makassar. *Jurnal Media Keperawatan*, 10.

- Marlina, & Mardhiah, A. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe Pada Ibu Hamil. *Jurnal Kesehatan*, 2, 266–276.
- Nurmawati, N., Saleha, S., & Nadyah, N. (2019). Manajemen Asuhan Kebidanan Intranatal pada Ny” R” Gestasi 38-40 Minggu dengan Anemia Persalinan di RSUD Syekh Yusuf Tanggal 05 Juli 2018. *Jurnal Midwifery*, 1(1).
- Pratiwi, A. M. (n.d.). Fatimah.(2019), Patologi Kehamilan. *Yogyakarta: Pustaka Baru*.
- Purwaningrum, Y. (2019). Pengetahuan Ibu Hamil tentang Gizi dengan Kejadian Anemia Selama Kehamilan. *Jurnal Kesehatan*, 5. <https://jurkes.polije.ac.id/index.php/journal/article/view/52/17>
- Retnorini, D. L., Widatiningsih, S., & Masini, M. (2017). Pengaruh pemberian tablet fe dan sari kacang hijau terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil. *Jurnal Kebidanan*, 6(12), 8–16.
- WHO. (2022). *World health statistics 2022: monitoring health for the SDGs, sustainable development goals*.