

## PENGARUH PENYULUHAN GIZI TERHADAP KEPATUHAN MENGONSUMSI TABLET FE PADA IBU HAMIL

Novianti Dewi Wulandari <sup>1)</sup>, Sugeng Iwan <sup>1)\*</sup>

<sup>1)</sup> Jurusan Gizi, Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang, Kota Malang, Indonesia  
E - mail : sugeng\_iwan@poltekkes-malang.ac.id

### Abstrak

**Latar Belakang:** Anemia pada kehamilan merupakan masalah nasional karena mencerminkan nilai kesejahteraan sosial ekonomi masyarakat, dan pengaruhnya sangat besar terhadap kualitas sumber daya manusia. Anemia kehamilan disebut “*potential danger to mother and child*” (potensi membahayakan ibu dan anak), karena itulah anemia memerlukan perhatian serius dari semua pihak yang terkait dalam pelayanan kesehatan. Prevalensi anemia ibu hamil mengalami peningkatan sebesar 11,8% selama kurun waktu 5 tahun dari 2013 ke 2018. Sebanyak 84,6% anemia pada ibu hamil terjadi pada kelompok umur 15-24 tahun. Cakupan pemberian TTD pada ibu hamil di Indonesia tahun 2018 adalah 81,16%. Data hasil Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023 menunjukkan Proporsi ibu hamil yang menerima tablet tambah darah lebih dari 90 tablet sebesar 56,5%, sedangkan proporsi ibu hamil yang mengonsumsi tablet tambah darah lebih dari 90 tablet sebesar 44,2%. Angka ini belum mencapai target Renstra tahun 2018 yaitu 95%. Program distribusi Tablet Tambah Darah selama ini diiringi dengan penyuluhan terhadap sasaran ibu hamil maupun remaja putri. **Tujuan:** Menganalisis pengaruh penyuluhan gizi terhadap kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah pada ibu hamil. Metode: Studi *Literatur Review* terhadap artikel jurnal yang memenuhi syarat inklusi dan eksklusi pada database pencarian menggunakan google scholar, DOAJ dan Garuda menggunakan kata kunci: penyuluhan, pengetahuan, kepatuhan, ibu hamil dan anemia. **Hasil:** Dari 10 artikel yang diteliti, 8 artikel menunjukkan bahwa ada pengaruh penyuluhan gizi terhadap kepatuhan konsumsi tablet Fe pada ibu hamil dengan nilai p value <0,05. **Kesimpulan:** Terdapat pengaruh yang signifikan antara penyuluhan gizi terhadap kepatuhan konsumsi tablet Fe ibu hamil.

Kata kunci: Anemia; Ibu hamil; Kepatuhan Konsumsi tablet Fe; Penyuluhan Gizi

### Abstract

**Introduction:** Anemia in pregnancy is a national problem because it reflects the value of the socio-economic welfare of the community, and has a very large influence on the quality of human resources. Anemia of pregnancy is called “*potential danger to mother and child*” (potential to harm mother and child), that's why anemia requires serious attention from all parties involved in health services. Prevalence of anemia in pregnant women increase from the previous year which was 48.9% from the previous 37.1% in 2013 and it can be concluded that the proportion of anemia in pregnant women increased by 11.8% over a period of 5 years from 2013 to 2018. A total of 84,6% of anemia in pregnant women occurs in the age group 15-24 years. The coverage of giving iron tablets to pregnant women in Indonesia in 2018 was 81.16%. This figure has not reached the 2018 Strategic Plan target of 95%. The Blood Addition Tablet distribution program has so far been accompanied by outreach to target pregnant women and young women. **Objective:** To analyze the effect of nutrition education on adherence to consuming iron tablets in pregnant women. **Methods :** Literature Review Study of journal articles that meet the inclusion and exclusion requirements in the search database using Google Scholar, DOAJ and Garuda using keywords: counseling, knowledge, compliance, pregnant women and anemia. **Result:** In the 10 articles studied, 8 articles show that there is an influence of nutritional education on compliance with the consumption of Fe tablets in pregnant women with a p value <0.05x. **Conclusion:** There is a significant relationship between counseling adherence to iron tablet consumption of pregnant women.

Keywords: Anemia; Pregnant women; Compliance with Fe tablet consumption; Nutrition Counseling;

## 1. Pendahuluan

Keberhasilan upaya kesehatan ibu, diantaranya dapat dilihat dari indikator Angka Kematian Ibu (AKI). AKI merupakan jumlah kematian ibu selama masa kehamilan, persalinan dan nifas yang disebabkan oleh kehamilan, persalinan, dan nifas atau pengelolaannya tetapi bukan karena sebab-sebab lain seperti kecelakaan, terjatuh, dan lain-lain di setiap 100.000 kelahiran hidup (WHO, 2023).

Anemia pada ibu hamil merupakan masalah kesehatan yang penting dalam upaya meningkatkan derajat kesehatan masyarakat khususnya kesehatan ibu dan anak. Anemia pada ibu hamil merupakan salah satu faktor yang menjadi indikator pengukuran keberhasilan pembangunan kesehatan suatu bangsa yang menggambarkan kemampuan sosial ekonomi dalam memenuhi kebutuhan kuantitas dan kualitas gizi masyarakat (Arisman, 2010). Anemia pada ibu hamil merupakan masalah nasional karena mencerminkan nilai kesejahteraan sosial ekonomi masyarakat, dan pengaruhnya sangat besar terhadap kualitas sumber daya manusia. Anemia pada ibu hamil disebut "*potential danger to mother and child*" (potensi membahayakan ibu dan anak), karena itulah anemia memerlukan perhatian serius dari semua pihak yang terkait dalam pelayanan kesehatan (Manuaba, 2010).

Anemia dapat menyebabkan kematian ibu hamil karena beresiko mengalami perdarahan. Ibu hamil yang menderita anemia tidak dapat mentoleransi kehilangan darah seperti orang yang tidak menderita anemia. Ibu hamil yang mengalami anemia dapat meningkatkan terjadinya komplikasi pada kehamilan dan persalinan, resiko kematian maternal, prematur dan BBLR. Gejala yang paling umum terjadi pada wanita hamil yang mengalami anemia seperti cepat merasa lelah, sering merasa pusing, dan mual dan muntah yang lebih hebat pada usia kehamilan muda.

Anemia bukan hanya berdampak pada ibu, melainkan juga pada bayi yang dilahirkan. Bayi yang dilahirkan kemungkinan besar mempunyai cadangan zat besi yang sedikit atau bahkan sama sekali tidak mempunyai persediaan sama sekali sehingga akan mengakibatkan anemia pada bayi yang dilahirkan. Bayi yang kurang besi dapat berdampak pada gangguan pertumbuhan sel-sel otak yang kemudian hari dapat mengurangi IQ anak.

Pada ibu hamil, zat besi memiliki peranan yang sangat penting untuk pertumbuhan janin. Selama hamil, asupan zat besi harus ditambah karena selama kehamilan volume darah pada tubuh ibu meningkat. Sehingga untuk dapat tetap memenuhi kebutuhan ibu dan menyuplai makanan serta oksigen pada janin melalui plasenta dibutuhkan asupan zat besi yang lebih banyak. Asupan zat besi yang diberikan ibu kepada janin melalui plasenta adalah untuk kebutuhan tumbuh kembangnya, termasuk untuk perkembangan otak janin, sekaligus menyimpannya dalam hati sebagai cadangan, hingga bayi berumur 6 bulan. Selain itu, zat besi juga membantu dalam mempercepat proses penyembuhan luka khususnya luka yang timbul dalam proses persalinan (Kemenkes RI, 2021).

Asupan zat besi dapat diperoleh melalui makanan bersumber protein hewani seperti hati, ikan, dan daging. Namun tidak semua masyarakat dapat mengonsumsi makanan tersebut, sehingga diperlukan asupan zat besi tambahan yang diperoleh dari tablet tambah darah (TTD). Oleh karena itu untuk mencegah anemia gizi pada ibu hamil dilakukan suplementasi zat besi dengan dosis pemberian sehari sebanyak 1 tablet (60 mg elemental iron dan 0,25 g asam folat) berturut-turut minimal selama 90 hari selama masa kehamilan (Kemenkes RI, 2021).

Berdasarkan dari hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, menunjukkan bahwa proporsi anemia ibu hamil mengalami kenaikan dari tahun sebelumnya yaitu sebesar 48,9% dari yang sebelumnya sebesar 37,1% pada Tahun 2013 dan dapat disimpulkan bahwa proporsi anemia ibu hamil mengalami peningkatan sebesar 11,8% selama kurun waktu 5 tahun dari 2013 ke 2018. Sebanyak 84,6% anemia pada ibu hamil terjadi pada kelompok umur 15-24 tahun. Cakupan pemberian TTD pada ibu hamil di Indonesia Tahun 2018 adalah 81,16%. Angka ini belum mencapai target Renstra tahun 2018 yaitu 95%. Anemia pada kehamilan juga dapat berpengaruh buruk terutama saat kehamilan, persalinan, dan nifas. Anemia bisa terjadi jika sel-sel darah merah tidak mengandung cukup hemoglobin, protein kaya zat besi yang memberikan warna merah pada darah. Anemia berat atau terus menerus dapat merusak jantung, otak, dan organ lain dalam tubuh dan dapat menyebabkan kematian.

Penyuluhan merupakan salah satu faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada ibu hamil. Penyuluhan akan mempengaruhi kepatuhan ibu hamil mengonsumsi tablet Fe. Selain itu menurut Jannah (2019) ada pengaruh antara penyuluhan dengan kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah.

Metode penyuluhan seperti yang disebutkan pada artikel-artikel yang diteliti tidak dikhususkan pada metode penyuluhan dengan menggunakan media tertentu. Dalam penelitian ini yang ingin dikaji

adalah pengaruh penyuluhan gizi (dengan media apapun) terhadap kepatuhan ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet Fe. Media-media yang digunakan dalam artikel yang diteliti adalah : Video edukasi, buku saku, booklet anemia, poster dan SMS reminder.

Terdapat beberapa metode penyuluhan yang digunakan dalam kegiatan pendistribusian tablet tambah darah pada ibu hamil. Seperti yang tersebut dalam Pedoman Pelaksanaan Program Suplementasi Tambah Darah untuk Remaja Putri dari Kementerian Kesehatan RI tahun 2021, metode penyuluhan dengan tatap muka dalam bentuk pertemuan langsung antara petugas kesehatan dan sasaran dengan teknik ceramah, diskusi kelompok maupun simulasi bisa diterapkan pada program dimaksud. Sementara itu Widianti (2020) menyatakan bahwa penyuluhan dengan menggunakan media cetak dan elektronik seperti brosur, poster, video, atau infografis digunakan untuk memberikan informasi tentang manfaat konsumsi TTD, waktu penggunaannya, dan efek samping yang mungkin terjadi.

Berdasarkan hal hal diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian studi literatur dengan judul “Pengaruh Penyuluhan Gizi Terhadap Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe Pada Ibu Hamil”.

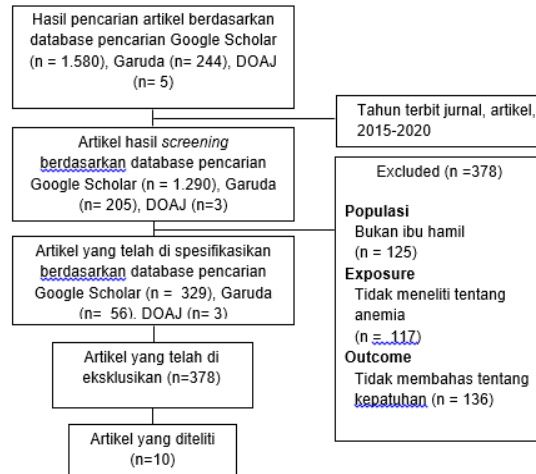
## 2. Bahan dan Metode

Jenis dan metode yang digunakan peneliti yaitu *Literature review* dengan desain *Systematic mapping study*. *Systematic mapping study* adalah metode *literature review* yang sistematis dengan menggunakan tahapan-tahapan yang telah ditetapkan sebelumnya. Pemilihan artikel juga tidak dilakukan secara subyektif oleh peneliti, akan tetapi menggunakan protokol dan filter yang telah ditetapkan. Penelitian ini akan menganalisis hasil-hasil penelitian dalam jurnal-jurnal tentang pengaruh penyuluhan gizi terhadap pengetahuan gizi dan kepatuhan mengonsumsi tablet Fe pada ibu hamil. Topik yang digunakan dalam studi literatur ini adalah “Pengaruh Penyuluhan Gizi Terhadap Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe Pada Ibu Hamil”. Peneliti menggunakan Framework PICO (*population, intervension, comparison, outcome*) dalam penelitian ini karena penelitian studi literature ini menganalisis artikel yang terdapat intervensi didalamnya yaitu penyuluhan gizi.

**Tabel 1. Perumusan PICO**

<b>P (Population)</b>	Ibu hamil trimester 1-3
<b>I (Intervention)</b>	Penyuluhan gizi
<b>C (Comparison)</b>	Kepatuhan konsumsi tablet Fe pada ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan
<b>O (Outcome)</b>	Peningkatan kepatuhan konsumsi tablet Fe pada ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan

Pencarian artikel atau jurnal menggunakan keyword “penyuluhan gizi”, “kepatuhan konsumsi tablet Fe”, “ibu hamil”, “anemia” dan boolean operator (AND, OR NOT, AND NOT) yang digunakan untuk memperluas atau menspesifikkan pencarian, sehingga mempermudah dalam penentuan artikel atau jurnal yang digunakan. Kata kunci dalam studi literatur ini disesuaikan dengan Medical Subject Heading (MeSH). Penelitian ini merupakan studi literatur yang mencari database dari berbagai referensi, seperti: *full paper* hasil penelitian dan artikel jurnal penelitian. Pencarian literatur dilakukan pada *database* yaitu *scholar.google.com*, *garuda.ristekbrin.go.id* dan *DOAJ* yang telah dipublikasikan dari tahun 2015 sampai dengan tahun 2020. Jumlah artikel yang menjadi sampel penelitian yaitu sebanyak 10 artikel. Sumber data berupa artikel jurnal berbahasa Indonesia. Setelah mengumpulkan data melalui database, lalu peneliti menggunakan metode PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta Analysis*) untuk mendapatkan artikel yang diinginkan untuk diteliti yang dijelaskan pada gambar dibawah ini.



**Gambar 1. Diagram Flow literature Review**

**Kriteria Inklusi**

Artikel dengan bahasa Indonesia, tipe artikel yang digunakan yaitu *Research articles, full paper*, jurnal penelitian yang dipublikasikan secara online, Artikel yang dapat diakses/download secara gratis, Artikel yang diterbitkan dalam 5 tahun terakhir, dari tahun 2015 – 2020, Memuat populasi ibu hamil (trimester I-III), Jurnal yang meneliti tentang pengaruh penyuluhan gizi terhadap kepatuhan konsumsi zat besi ibu hamil

**Kriteria Eksklusi**

Artikel yang tidak secara spesifik memisahkan ibu hamil berdasarkan trimester (I-III), metodologi tidak sesuai.

Data hasil studi literatur disajikan dalam bentuk tabel dan narasi, yang berisi tentang seluruh aspek dari literatur yang ada mulai dari judul artikel, sumber artikel (nomer jurnal, nama jurnal, tahun terbit), tujuan penelitian, metode penelitian, populasi, sampel, tempat waktu penelitian, variabel penelitian, instrumen pengumpulan data, dan analisis data. Setelah hasil penulisan dari beberapa artikel sudah dikumpulkan, penulis akan menganalisa bagaimana pengaruh penyuluhan gizi terhadap pengetahuan gizi dan kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe pada ibu hamil.

**3. Hasil**

Hasil penelusuran jurnal berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi, peneliti menemukan 10 jurnal yang sesuai. Jurnal yang ditemukan adalah sebagai berikut:

**Tabel 2. Hasil Penelusuran Jurnal**

Penulis	Tahun terbit	Search Pencarian
Nila Susanti, dkk	2020	DOAJ
Putri Diah, dkk	2019	DOAJ
Aditianti, dkk	2015	DOAJ
Merlin Soripet, dkk	2019	Garuda
Gilang P, dkk	2016	Garuda
Muslihatul Jannah, dkk	2019	Schoolar
Sugeng triyani, dkk	2016	Schoolar
Siti Sulastijah, dkk	2015	Schoolar
Alvionita, dkk	2017	Schoolar
Setiawati, dkk	2018	Schoolar

**Karakteristik Responden dari Artikel Jurnal**

Responden dalam penelitian ini adalah ibu hamil trimester I-III di dalam negeri dengan rentan umur ≥ 20 tahun. Mayoritas responden dalam studi kajian literatur berjumlah ≥ 30 ibu hamil (sampel

tertinggi 134 dan sampel terendah 15). Penelitian ini menggunakan sampel sebagian besar ibu hamil sehat untuk melihat pengaruh penyuluhan gizi terhadap pengetahuan dan kepatuhan konsumsi tablet Fe.

#### Karakteristik Penelitian

Terdapat 10 artikel yang memenuhi kriteria inklusi semuanya membahas hasil analisis pengaruh penyuluhan terhadap dan kepatuhan konsumsi tablet Fe ibu hamil, sebagian besar desainnya adalah *quasi experiment* dengan besar sampel mayoritas diatas 30 responden (sampel tertinggi 134 dan sampel terendah 30). Durasi waktu penelitian lebih dari 1 bulan (paling cepat 1 bulan dan paling lama 7 bulan). Dalam penelitian ini yang ingin dikaji adalah pengaruh penyuluhan, meskipun media yang digunakan juga berbeda, karena setiap media juga mempunyai keunggulan dan kelemahan masing-masing. Semua studi menjelaskan faktor-faktor yang berkaitan antar variabel seperti pengaruh penyuluhan terhadap kepatuhan konsumsi tablet Fe ibu hamil. Hasil 10 jurnal penelitian mengenai pengaruh penyuluhan terhadap kepatuhan konsumsi ibu hamil dengan hasil uji statistik  $p < 0,05$  yang artinya terdapat pengaruh yang signifikan antara penyuluhan terhadap kepatuhan konsumsi ibu hamil.

#### 4. Pembahasan

Berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi, terdapat 10 artikel yang membahas mengenai pengaruh penyuluhan terhadap kepatuhan konsumsi tablet Fe ibu hamil. Kepatuhan minum tablet Fe adalah ibu hamil yang mengkonsumsi tablet Fe setiap hari dan jumlah tablet Fe yang diminum paling sedikit 90 tablet berturut-turut selama kehamilan. Kepatuhan minum tablet Fe apabila ibu hamil mengkonsumsi > 90% dari tablet Fe yang seharusnya (Kemenkes, 2013).

Penyuluhan kepada ibu hamil pada prinsipnya harus mampu meningkatkan pengetahuan responden terkait dengan manfaat tablet tambah darah selama kehamilan. Namun demikian agar ibu hamil patuh mengkonsumsi tablet tambah darah, tingkatan pengetahuan yang diperlukan haruslah sampai pada tingkatan aplikasi (*aplication*), lebih dari sekedar tahu (*know*) dan memahami (*comprehension*) tentang pentingnya tablet tambah darah. Penggunaan media dan metode penyuluhan harus disesuaikan dengan karakteristik ibu hamil, selain itu yang perlu diperhatikan juga adalah situasi, kondisi dan tempat pada saat penyuluhan. Media yang digunakan bisa berbentuk media cetak seperti leaflet dan poster, media audio-visual seperti video edukasi, maupun media elektronik dan digital yang bisa menggunakan media sosial. Media yang digunakan harus mampu menarik perhatian dan merangsang responden berinteraktif. Jika hal-hal tersebut bisa terlaksana dengan baik, maka akan meningkatkan proses belajar yang terjadi pada ibu hamil.

Berdasarkan penelitian pada 10 artikel didapatkan hasil bahwa penyuluhan dapat meningkatkan kepatuhan ibu hamil mengkonsumsi tablet Fe. Berdasarkan penelitian Setiawati, dkk (2018) dengan karakteristik peserta kelas ibu hamil sebagian besar berumur 20 – 35 tahun sebanyak 25 orang (83,3%), tingkat pendidikan responden tamat SLTA sebanyak 11 orang (43,4%), pekerjaan responden sebagian besar merupakan ibu rumah tangga sebanyak 23 orang (76,6%), paritas responden multigravida sebanyak 15 orang (50%), jarak kehamilan responden sebagian besar hamil pertama sebanyak 13 orang (43,3%). Kepatuhan responden sebelum diberi pendidikan kesehatan tentang tablet tambah darah pada kelas ibu hamil termasuk rendah sebanyak 25 orang (83,3%). Setelah diberi penyuluhan kesehatan mayoritas meningkat menjadi tinggi sebanyak 16 orang (53,4%). Berdasarkan hasil *Uji Marginal Homogeneity* diperoleh nilai signifikansi adalah 0,000. Nilai  $p < 0,05$ . Dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara kepatuhan ibu sebelum dan setelah penyuluhan tentang tablet tambah darah pada kelas ibu hamil sehingga ada pengaruh penyuluhan tentang tablet tambah darah pada kelas ibu hamil terhadap kepatuhan ibu dalam mengkonsumsi tablet tambah darah. Dari artikel yang diteliti diketahui bahwa penyuluhan gizi yang dilakukan berkisar selama 1-3 bulan. Kepatuhan terhadap konsumsi TTD di Indonesia masih rendah, yang secara umum diakibatkan oleh rendahnya pengetahuan mengenai TTD, diantaranya adalah tentang efek samping minum TTD, penyerapan besi, makanan dan obat yang mengganggu penyerapan dan mitos serta kepercayaan yang salah. Maka, dengan diberikannya pendidikan kesehatan tentang TTD diharapkan dapat menimbulkan motivasi dan antusiasme pada ibu untuk meningkatkan kepatuhan dalam mengkonsumsi TTD.

Menurut penelitian Soripet, dkk (2019) didapatkan hasil penelitian sebelum diberikan penyuluhan kepatuhan responden nilai rata-rata atau *mean* 48,93 dengan standar deviasi 2,027 dan meningkat menjadi 78,00 dengan standar deviasi 3,08 sesudah diberikan penyuluhan. Menunjukkan bahwa nilai rata-rata pada skor kepatuhan responden meningkat sesudah diberikan penyuluhan tentang anemia. Hasil uji statistik *wilcoxon* pada kepatuhan didapatkan *p-value* (,000) atau nilai  $p < 0,05$  yang artinya ada perbedaan antara kepatuhan responden sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan tentang anemia. Ada

banyak faktor yang dapat mempengaruhi anemia diantaranya adalah kepatuhan terhadap konsumsi tablet Fe. Kepatuhan mengacu kepada situasi ketika perilaku seorang individu sepadan dengan tindakan yang dianjurkan atau nasehat yang diusulkan oleh praktisi kesehatan. Ketidakepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet Fe dapat disebabkan oleh banyak faktor. Menurut Purwaningsih, dkk (2004) rendahnya kepatuhan ibu hamil dalam minum tablet Fe merupakan salah satu penyebab angka prevalensi anemia masih tetap tinggi .

Pada penelitian Jannah, dkk (2019) didapatkan hasil uji menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna, dengan nilai  $p = 0,000$  atau ( $p < 0,05$ ) yang menunjukkan bahwa perbedaan kepatuhan yang bermakna antara kelompok intervensi yang mendapatkan penyuluhan dengan kelompok kontrol. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh penyuluhan terhadap kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada ibu hamil di wilayah kerja UPT BLUD Puskesmas Meninting. Seorang ibu hamil dapat dikatakan patuh dalam mengonsumsi tablet Fe apabila ibu hamil tersebut mengonsumsi tablet Fe setiap hari dan jumlah tablet Fe yang diminum sedikit 90 tablet berturut-turut selama kehamilan. (Lestari, 2015). Dampak kekurangan zat besi pada wanita hamil dapat menyebabkan komplikasi yang serius bagi ibu baik dalam kehamilan, persalinan maupun nifas yaitu dapat menyebabkan abortus, partus prematurus, partus lama, perdarahan post partum karena atonia uteri, syok, infeksi baik intra partum maupun post partum. Pemberian tablet Fe pada ibu hamil juga merupakan salah satu prosedur tetap pelayanan ibu hamil yang diberikan bidan dalam kunjungan 1 sampai 4. Dimana jumlah suplemen zat besi yang diberikan selama kehamilan ialah sebanyak 90 tablet Fe. (Kemenkes RI, 2017).

Penelitian Susanti, dkk (2020) mendapatkan hasil nilai signifikansi 0,002 ( $p < 0,05$ ) menggambarkan ada pengaruh pemberian penyuluhan terhadap kepatuhan konsumsi tablet Fe. Namun demikian penyuluhan gizi yang diberikan kepada ibu hamil dalam artikel yang diteliti memiliki keragaman baik media yang digunakan maupun kurun waktu pemberian penyuluhan (1-3 bulan).

Menurut teori Lawrence Green faktor-faktor yang menentukan perilaku sehingga menimbulkan perilaku yang positif adalah faktor predisposisi (*predisposing factor*), faktor pemungkin atau pendukung (*enabling factor*) dan faktor penguat (*reinforcing factor*) (Murti, 2018). Dalam konteks penelitian ini variabel tingkat pengetahuan gizi merupakan faktor predisposisi, yang berasal dari dalam responden (ibu hamil) Novita, 2011. Variabel tingkat pengetahuan inilah yang ditingkatkan oleh para peneliti dengan memberikan penyuluhan gizi untuk menimbulkan perilaku kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi Tablet Fe.

Kepatuhan konsumsi tablet Fe merupakan perilaku yang memengaruhi kesehatan ibu hamil. Salah satu faktor yang dapat memengaruhi perilaku adalah faktor predisposisi (pengetahuan, sikap, kepercayaan, keyakinan, dan nilai-nilai). Berdasarkan observasi, kebanyakan ibu hamil malas mengonsumsi karena efek sampingnya. Efek samping yang mungkin timbul setelah mengonsumsi tablet Fe diantaranya perasaan tidak nyaman di lambung, mual, muntah, konstipasi, dan kadang-kadang diare. Selain dipengaruhi oleh efek samping, kepatuhan konsumsi tablet Fe juga dipengaruhi oleh hal lain seperti konseling dari petugas kesehatan, kelalaian, dukungan keluarga, dan pengetahuan ibu tentang program tablet Fe.

Dalam penelitian Sulastijah, dkk (2015) diketahui adanya terdapat perbedaan kepatuhan yang bermakna dalam mengonsumsi suplementasi zat besi antara kelompok perlakuan dibanding kelompok kontrol tiap bulannya. Pengukuran kepatuhan pada awal dan akhir penelitian (perubahan kepatuhan 1-3) menghasilkan adanya perbedaan yang bermakna antara kedua kelompok ( $t=6,39$ ;  $p < 0,05$ ). Perubahan kepatuhan antara kedua kelompok dalam meminum suplementasi zat besi pada awal dan akhir penelitian sebesar 15,16%. Pada penelitian Alvionita, dkk (2017) ibu hamil yang patuh setelah intervensi ada 65% pada kelompok perlakuan dan 35% pada kelompok kontrol. Kadar hb ibu hamil setelah intervensi mengalami peningkatan pada kelompok perlakuan dari 88% anemia ringan menjadi normal sebanyak 59% dan 41% sisanya masih anemia ringan Kesimpulan: menunjukkan adanya perbedaan kepatuhan dan kadar Hb dimana kelompok perlakuan mengalami peningkatan kepatuhan dan kadar Hb dibandingkan dengan kelompok kontrol dengan signifikansi 0,083 atau  $p < 0,05$  pada kepatuhan dan signifikansi 0,002 atau  $p < 0,05$  pada kadar Hb.

Dalam penelitian Aditianti, dkk (2015) diperoleh hasil penelitian ini mendapati perbedaan bermakna ( $p=0,02$ ) kepatuhan mengonsumsi TTD oleh ibu hamil anemia antara ibu hamil yang mengalami anemia antara kelompok intervensi dengan kelompok non-intervensi. Responden dengan pendamping yang telah diberi penyuluhan lebih patuh mengonsumsi TTD dibandingkan responden yang tidak diberi penyuluhan.

Menurut Manuaba (2010) pengaruh anemia dalam kehamilan dapat menyebabkan abortus, hambatan tumbuh kembang, mudah terjadi infeksi, ancaman dekompensasi kordis, ketuban pecah dini, persalinan antepartum. Selain membahayakan pada masa kehamilan, anemia juga bahaya pada saat

persalinan dan kala nifas, sehingga penting pemenuhan zat besi pada ibu hamil untuk menghindari anemia. Kecukupan zat besi (Fe) yang diberikan dalam bentuk tablet Fe sangat penting selama kehamilan untuk mencegah terjadinya anemia gizi dan dampak buruk yang ditimbulkannya. Namun demikian, dengan melihat rendahnya kepatuhan ibu hamil untuk mengkonsumsinya maka diperlukan kegiatan penyuluhan gizi untuk meningkatkan pengetahuan gizi dan kepatuhan ibu hamil. Strategi monitoring kepatuhan dapat dipilih dari beberapa metode yang ada sesuai dengan karakteristik responden, ketersediaan, dan mudah dilakukan. Penyuluhan gizi perlu diberikan kepada ibu hamil saat kunjungan antenatal mereka ke puskesmas terkait manfaat utama dari tablet Fe, baik bagi ibu maupun janinnya. Tablet Fe bukanlah obat yang diindikasikan untuk mengobati penyakit, tetapi sebagai suplemen yang dibutuhkan oleh ibu hamil untuk memenuhi kebutuhan akan zat besi (Fe) selama masa kehamilan, efek samping yang mungkin terjadi dan upaya menanggulangnya. Oleh karena itu tablet Fe harus diminum secara tepat dan teratur, tidak perlu khawatir atau takut akan dampaknya. Cara minum, sebaiknya diminum dengan air putih, jangan diminum bersama susu, kopi atau teh, dan sebaiknya diminum di malam hari. Disamping itu informasi penyimpanan tablet Fe juga perlu disampaikan dengan baik, karena tablet Fe dapat mengalami oksidasi jika disimpan di tempat yang terbuka, terkena udara lembab, jika hal ini terjadi maka tablet Fe menjadi tidak efektif lagi.

Penelitian Wiradnyani, Khusun & Achadi (2013) dengan mereview 10 jurnal mengungkapkan bahwa kepatuhan minum tablet besi selain dipengaruhi oleh efek samping, juga dipengaruhi oleh hal lain seperti konseling dan penyuluhan dari petugas kesehatan, kelupaan, dukungan keluarga, dan pengetahuan ibu tentang program pemberian tablet Fe. Hal ini sesuai dengan teori perilaku Green dalam Notoatmodjo (2007) yang menyatakan bahwa kepatuhan dalam mengkonsumsi tablet Fe dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya faktor predisposisi (pengetahuan, sikap, kepercayaan, keyakinan, nilai-nilai, dsb), faktor pendukung (lingkungan fisik, tersedia atau tidaknya fasilitas atau sarana-sarana kesehatan), dan faktor pendukung (sikap dan perilaku petugas kesehatan atau petugas lain).

## 5. Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan studi literatur yang diteliti, didapatkan bahwa dari 10 artikel yang diteliti, 8 artikel menunjukkan bahwa ada pengaruh penyuluhan gizi terhadap kepatuhan konsumsi tablet Fe pada ibu hamil. Penyuluhan gizi merupakan kegiatan yang dilakukan bersama dengan pemberian tablet Fe kepada ibu hamil untuk meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe.

Disarankan bagi instansi terkait di bidang kesehatan diharapkan agar lebih meningkatkan peran tenaga kesehatan untuk memberikan pemahaman kepada masyarakat tentang pentingnya mengkonsumsi tablet Fe kepada ibu hamil dari trimester I-III. Selain itu disarankan untuk adanya pendampingan kepada ibu hamil mulai dari trimester I hingga trimester III untuk mengkonsumsi tablet Fe minimal 90 tablet sehingga dapat meminimalisir kejadian anemia serta ibu dan bayi didalam kandungan sehat dan selamat sampai persalinan

## 6. Daftar Pustaka

- Aditianti, 2015. Pendampingan Minum Tablet Tambah Darah (TTD) Dapat Meningkatkan Kepatuhan Konsumsi TTD Pada Ibu Hamil Anemia. *Jurnal Penelitian Gizi dan Makanan*.
- Alvionita, Indah, Sulastri, 2017. Pengaruh Pemberian Poster Dan SMS Reminder Terhadap Kepatuhan Minum Tablet Besi Dan Kenaikan Kadar Hb Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Sukoharjo. *Universitas Muhamadiyah Surakarta*.
- Arisman MB, 2010. *Buku Ajar Ilmu Gizi dalam Daur Kehidupan*. Penerbit EGC. Jakarta.
- Dewi, L., et al. (2021). "Efektivitas Penggunaan Media Digital dalam Penyuluhan Kesehatan: Studi Kasus Suplementasi Tablet Tambah Darah." *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*.
- Diah Pemiliana, Putri. Dkk, 2019. Faktor Yang Berhubungan Dengan Anemia Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Simpang Kiri Kota Subulussalam Provinsi Aceh Tahun 2018. *Window of Health*.
- Gilang P, dkk. 2016. Pengaruh Faktor Pengetahuan dan Sikap Terhadap Kepatuhan Ibu Hamil dalam Mengkonsumsi Tablet Fe di Puskesmas Bogor Tengah. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*.
- Jannah, Muslihatul. Ni Nengah Arini Murni, 2019. Penggunaan Media Audio Visual Meningkatkan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Ibu Hamil. *Jurnal Kesehatan Prima*.
- Kementerian Kesehatan RI. 2015. *Pedoman Penatalaksanaan Pemberian Tablet Tambah Darah*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kemntrian Kesehatan RI. 2013. *Pedoman Program Pemberian Pemantauan Mutu Tablet Tambah Darah Untuk Ibu hamil*. Jakarta: Challenge Cooperation.

- Kementerian Kesehatan RI, 2019. *Hasil Utama Riskesdas 2018*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Kemenkes RI. (2020). *Petunjuk Teknis Penanganan Anemia pada Remaja Putri*.
- Kemenkes RI. (2021). *Pedoman Pelaksanaan Program Suplementasi Tablet Tambah Darah untuk Remaja Putri*.
- Kemenkes RI. (2021). *Pedoman Gizi Seimbang Ibu Hamil dan Ibu Menyusui*.
- Kementerian Kesehatan RI. 2024. *Survei Kesehatan Indonesia (SKI-2023) Dalam Angka Data Akurat Kebijakan Tepat*.
- Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Indonesia tahun 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kemenkes RI; 2018. Kemenkes RI.
- Lestari, D., Sartono, A., Mufnaety (2015). Kepatuhan Minum Tablet Zat Besi Dengan Peningkatan Kadar Hb Ibu Hamil Dipuskesmas Surwoyo Semarang. *Jurnal Gizi Universitas Semarang* 3(2)
- Manuaba. 2010. *Ilmu Kebidanan Penyakit dan KB*. Jakarta : EGC
- Murti, Bhisma. 2018. *Teori Promosi dan Perilaku Kesehatan*. Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Program Pasca Sarjana Universitas Sebelas Maret
- Notoadmodjo, S. (2007). *Promosi Kesehatan & Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta
- Novita, Nesi dan Yuneta Franciska, 2011 *Promosi Kesehatan dalam Pelayanan Kebidanan*. Penerbit Salemba Medika.
- Setyawati, dkk(2018). Perbedaan Asupan Protein, Zat besi, Asam folat, dan Vitamin B12 Antara Ibu hamil Trimester III Anemia dan Tidak Anemia di Puskesmas Tanggungarjo Kabupaten Grobogan. *Jurnal of Nutrition College*. Volume 3 Nomer 1
- Soripet, Merlin, 2022. Pemberdayaan Masyarakat Melalui Kegiatan Sosialisasi Bagi Ibu Hamil Dengan Hipertensi Di Distrik Prafi Kabupaten Manokwari. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat*.
- Sulastijah, Siti, dkk. 2016. Pengaruh pendidikan gizi dalam upaya meningkatkan kepatuhan konsumsi zat besi melalui kelas ibu hamil. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*.
- Susanti, Nila. Fery Anggriawan, 2020. Pengaruh Video Edukasi Terhadap Kepatuhan Konsumsi Tablet Besi Ibu Hamil Anemia Di Puskesmas Kota Palangka Raya. *Media Gizi Mikro Indonesia*.
- Triyani, Sugeng, 2016. Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Dalam Mencegah Anemi Gizi Besi Pada Ibu Hamil Di Wilayah Puskesmas Kecamatan Jakarta Pusat. *Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan*.
- WHO. (2016). *Guideline: Daily Iron Supplementation in Women and Adolescents*.
- WHO. (2020). *Digital Strategies for Health Promotion in Iron Deficiency Prevention*.
- WHO, UNICEF, UNFPA, World Bank Group, & United Nations Population Division. (2023). *Trends in maternal mortality: 2000 to 2020*. Geneva: WHO.
- Widianti, E., et al. (2020). "Pengaruh Media Edukasi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri." *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*.
- Wiradnyani, Khusun, H., & Achadi, E.L. (2013). Faktor-faktor yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Ibu Hamil Mengonsumsi Tablet Besi-Folat Selama Kehamilan. *Jurnal Gizi Dan Pangan* 8 (1): 63-70. ISSN 1978-1059