

## SELF ASSESSMENT PENINGKATAN KEPATUHAN IBU HAMIL DALAM MENGKONSUMSI TABLET FE SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN ANEMIA

Reni Yuli Astutik<sup>1</sup>, Hendri Dwi Handayani<sup>2</sup>  
Universitas STRADA Indonesia

[reniyulia@strada.ac.id](mailto:reniyulia@strada.ac.id)<sup>1</sup>, [dwihandayani734.dh13@gmail.com](mailto:dwihandayani734.dh13@gmail.com)<sup>2</sup>

### Abstrak

Anemia pada kehamilan dapat berdampak serius terhadap kesehatan ibu dan janin. Risiko yang dapat timbul antara lain kelahiran prematur, bayi berat lahir rendah (BBLR), perdarahan postpartum, bahkan kematian ibu dan bayi. Oleh karena itu, pencegahan anemia selama kehamilan merupakan langkah penting dalam upaya meningkatkan kesehatan maternal dan neonatal. Penyebab terjadinya anemia pada kehamilan adalah kurangnya kadar zat besi yang ada di dalam haemoglobin darah sehingga tidak mencukupi asupan nutrisi dan O<sub>2</sub> Untuk Kebutuhan ibu dan janin sehingga terjadi anemi (Febriani et al., 2021). Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas pendekatan self-assessment dalam meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet Fe sebagai upaya pencegahan anemia. Desain penelitian yang digunakan adalah pre-eksperimental dengan pendekatan one group pre-test post-test. Intervensi berupa edukasi dan panduan self-assessment diberikan kepada responden yang terdiri dari ibu hamil. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada tingkat pengetahuan dan kepatuhan responden setelah dilakukan intervensi. Temuan ini mengindikasikan bahwa pendekatan self-assessment efektif digunakan sebagai strategi promotif untuk meningkatkan perilaku konsumsi tablet Fe pada ibu hamil. Diharapkan metode ini dapat diterapkan secara lebih luas dalam program kesehatan maternal di fasilitas pelayanan kesehatan.

**Kata Kunci:** Anemia, Ibu Hamil, Tablet Tambah Darah, Self-Assessment, Kepatuhan.

### PENDAHULUAN

Anemia pada kehamilan adalah salah satu keadaan dimana kadar haemoglobin dalam darah ibu hamil di bawah 11 gr/dl. Banyak hal yang dapat menyebabkan keadaan anemi ini, namun sebagian besar (55,4%) ibu hamil tidak mengetahui bahwa dirinya dalam keadaan anemi. (Natalia et al., 2022).

Anemia pada ibu hamil merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang masih menjadi perhatian global, khususnya di negara berkembang seperti Indonesia. Menurut data World Health Organization (WHO), prevalensi anemia pada ibu hamil secara global mencapai sekitar 40%, dengan sebagian besar kasus disebabkan oleh defisiensi zat besi (WHO, 2021). Di Indonesia, Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 melaporkan bahwa sekitar 48,9% ibu hamil mengalami anemia.

Anemia pada kehamilan dapat berdampak serius terhadap kesehatan ibu dan janin. Risiko yang dapat timbul antara lain kelahiran prematur, bayi berat lahir rendah (BBLR), perdarahan postpartum, bahkan kematian ibu dan bayi. Oleh karena itu, pencegahan anemia selama kehamilan merupakan langkah penting dalam upaya meningkatkan kesehatan maternal dan neonatal.

Penyebab terjadinya anemia pada kehamilan adalah kurangnya kadar zat besi yang ada di dalam haemoglobin darah sehingga tidak mencukupi asupan nutrisi dan O<sub>2</sub> Untuk Kebutuhan ibu dan janin sehingga terjadi anemi (Febriani et al., 2021). Banyak hal yang dapat terjadi jika seorang ibu hamil mengalami anemi baik dari trimester I, II, III. Dampak dari anemi ini dapat terjadi pada ibunya sendiri maupun pada bayi yang dikandungnya. Pada ibu saat hamil menyebabkan fisik ibu kurang fit dalam menjalankan aktifitas karena kurangnya haemoglobin, pada saat bersalin dapat terjadi perdarahan bahkan kematian ibu, sedangkan pada bayi sendiri dapat terjadi abortus , premature, dan kematian janin dalam kandungan (Natalia et al., 2022).

Angka kejadian anemia pada ibu hamil di Provinsi Kalimantan Tengah pada tahun 2021 sebesar 14,7 % lebih tinggi dibandingkan tahun 2020 sebesar 14,3%, pada tahun 2022 sebesar 12,9%. Kemudian angka kejadian ibu hamil anemia di Kota Palangka Raya pada tahun 2020 peringkat tertinggi sebesar 20,7%, Pada tahun 2021 sebesar 18,6%, pada tahun 2022 sebesar 8,7%.(Dinas Kesehatan Kota Palangka Raya, 2020.) Data Laporan Kinerja Klinik Pratama Harapan Bunda Tahun 2024 Total Kunjungan ANC Berjumlah 1.180 (100%) dengan uraian jumlah ANC fisiologis 1.030 (87,3%) dan jumlah ANC dengan Anemia 87 Orang (7,4%) 63 Orang (5,3%) sedangkan data laporan Kinerja Klinik Prata Harapan Bunda Tahun 2025 bulan januari sampai dengan mei pelayanan ANC Fisiologis 420 Orang dan Jumlah ANC Dengan Anemia 24 orang.Pada tahun 2023 Rata-rata ibu hamil yang mendapatkan dan mengkonsumsi Tablet Tambah Darah adalah 88,9%, angka ini masih dibawah target nasional yaitu 90%. Program pemberian TTD pada ibu hamil merupakan program penting yang bertujuan untuk mencegah anemia pada ibu hamil. ( Profil kesehatan Kabupaten Kotawaringin barat 2023).

Kejadian anemi tidak akan dapat dihindari jika pengetahuan dan sikap ibu hamil kurang tentang anemi pada kehamilan .Maka perlu dilakukan edukasi agar pengetahuan ibu dapat meningkat. Hasil penelitian sebelumnya bahwa edukasi yang dilakukan pada ibu hamil dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu hamil (Mirwanti et al., 2021). Edukasi dapat menggunakan media namun dengan memberikan edukasi maka akan meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang anemi (Siswati et al., 2021). Menurut penelitian lainnya ada pengaruh dari pengetahuan ibu hamil tentang tablet Fe dalam pencegahan anemi pada kehamilan (Purba, 2021). Berdasarkan informasi yang di peroleh terkait permasalahan seperti yang telah di uraikan sebelumnya , Tim pengabdian masyarakat ingin membantu permasalahan anemia pada ibu hamil di klinik pratama harapan bunda

Salah satu strategi utama dalam mencegah anemia adalah dengan membentuk kelas ibu hamil dengan menjalankan program dari pemerintah dalam pencegahan anemi dengan mengkonsumsi tablet besi dengan 1 kali sehari setiap hari selama kehamilan sampai konsumsi tablet fe 2 kali sehari untuk pengobatan pada ibu hamil yang sudah anemi.

Pencegahan anemi juga dapat dilakukan dengan mengkonsumsi makanan yang mengandung zat besi dengan cara yang benar agar zat besi dalam makanan dapat diserap dengan baik. Selain dari pencegahan melalui konsumsi tablet FE dan konsumsi makanan yang mengandung zat besi hal yang tidak kalah penting adalah dengan mendeteksi secara dini bahwa keadaan ibu tidak dalam keadaan anemi dengan melakukan pemeriksaan kadar haemoglobin (Suminar et al., 2021). Dari uraian diatas sebagai upaya mencapai tujuan tersebut, maka di rasa perlu

untuk memberikan ruang khusus untuk ibu hamil sebagai wadah untuk memberikan pengetahuan ibu hamil terhadap anemia dan pentingnya mengkonsumsi tablet tambah darah selama kehamilan secara rutin serta dapat mengetahui tanda-tanda anemia pada kehamilan dengan cara self assessment agar dapat mengetahui keadaannya secara dini dan memeriksakan kehamilannya ke pelayanan kesehatan lebih lanjut.

## METODE

Penelitian ini menggunakan desain pre-eksperimental dengan pendekatan one group pre-test post-test. Subjek penelitian adalah ibu hamil yang memenuhi kriteria inklusi, dengan jumlah responden sebanyak 15 orang di Klinik Pratama Harapan Bunda, selama bulan Juni 2025. Intervensi berupa edukasi mengenai anemia dan pentingnya tablet Fe, serta lembar self-assessment harian yang diisi selama 2 minggu. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner pengetahuan dan kepatuhan, dianalisis secara deskriptif dan uji statistik paired t-test.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian berdasarkan penyebaran angket yang dilakukan untuk mengidentifikasi pengetahuan ibu hamil mengenai berbagai aspek penting dalam perawatan kehamilan. Kuesioner yang disebarakan terdiri dari 10 pertanyaan yang mencakup pemahaman ibu tentang pemeriksaan kehamilan yang seharusnya dilakukan. Pertanyaan-pertanyaan ini dirancang untuk menggali tingkat kesadaran ibu hamil terhadap pentingnya pengetahuan ibu tentang anemia, kepatuhan mengkonsumsi,kebutuhan nutrisi dan makanan yang banyak mengandung zat besi serta tindakan preventif yang harus dilakukan selama masa kehamilan. Beberapa aspek yang ditanyakan meliputi Pengertian anemia, resiko anemia, penyebab anemia, factor-faktor yang memengaruhi anemia, upaya pencegahan anemia dan pentingnya tablet Fe. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran mengenai sejauh mana pengetahuan ibu hamil dalam menjaga kesehatan diri dan janin, yang nantinya dapat digunakan sebagai dasar untuk meningkatkan layanan kesehatan ibu dan anak. Data diolah menggunakan program bantu Statistical Product and Service Solutions (SPSS 27).

Hasil pengujian dapat dilihat pada tabel berikut:

### Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	PRE TES	44.6667	15	10.60099	2.73716
	POST TES	84.0000	15	10.55597	2.72554

*Data diolah pribadi 2025*

Hasil statistik pada tabel tersebut menunjukkan adanya perubahan yang signifikan antara skor rata-rata sebelum (pre-test) dan sesudah (post-test) intervensi pada sampel yang terdiri dari 15 responden. Pada pengukuran pre-test, rata-rata skor adalah 44.66 dengan standar deviasi 10.60, yang menunjukkan adanya variasi skor yang cukup besar di antara responden. Nilai standar error sebesar 2.73 mengindikasikan ketepatan perkiraan rata-rata tersebut. Dan Pada pengukuran Post-test, rata-rata skor adalah 84.00 dengan standar deviasi 10.55 dan nilai eror 2.72.

## Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	PRE TES & POST TES	15	.077	.786

### Paired Samples Test

		Paired Differences				t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference Lower Upper			
Pair 1	PRE TES - POST TES	-39.33333	14.37591	3.71184	-47.29444 -31.37222	-10.597	14	.000

### Data diolah pribadi 2025

Berdasarkan hasil uji paired t-test, diperoleh nilai mean perbedaan antara pre-test dan post-test sebesar -39.33, dengan standard deviation 14.37 dan standard error mean 3.71. Hasil dengan tingkat kepercayaan 95% menunjukkan rentang antara -47.29 hingga -31.37. Nilai t yang dihasilkan adalah -10.597 dengan derajat kebebasan (df) 14 dan nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar 0.000, yang berarti kurang dari 0.05. Hal ini menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai pre-test dan post-test. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa perlakuan atau intervensi yang diberikan memberikan pengaruh yang bermakna terhadap variabel yang diukur, karena adanya perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah perlakuan. Pengambilan data dilakukan dengan pasangan sampel yang berasal dari subjek yang sama, di mana setiap variabel diukur dalam situasi dan kondisi yang berbeda, namun tetap sesuai dengan asumsi data berdistribusi normal.

### Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh melalui penyebaran angket kepada ibu hamil, dapat diidentifikasi bahwa pengetahuan mereka mengenai berbagai aspek penting dalam perawatan kehamilan sebelum dan sesudah intervensi mengalami perubahan yang signifikan. Penelitian ini menggunakan kuesioner yang mencakup 10 Kuesioner yang disebarkan terdiri dari 10 pertanyaan yang mencakup pemahaman ibu tentang pemeriksaan kehamilan yang seharusnya dilakukan. Pertanyaan-pertanyaan ini dirancang untuk menggali tingkat kesadaran ibu hamil terhadap pentingnya pengetahuan ibu tentang anemia, kepatuhan mengkonsumsi, kebutuhan nutrisi dan makanan yang banyak mengandung zat besi serta tindakan preventif yang harus dilakukan selama masa kehamilan. Beberapa aspek yang ditanyakan meliputi Pengertian anemia, resiko anemia, penyebab anemia, factor-faktor yang memperngaruhi anemia, upaya pencegahan anemia dan pentingnya tablet Fe.

Analisis data dilakukan menggunakan perangkat lunak SPSS 27, dengan hasil pengujian statistik yang diperlihatkan dalam Tabel 4.1. Pada tahap pre- test, nilai rata-rata skor responden adalah 3.40 dengan standar deviasi 0.737, menunjukkan adanya variasi yang cukup besar di antara pengetahuan ibu hamil. Setelah intervensi diberikan, hasil post-test menunjukkan peningkatan yang signifikan, dengan nilai rata-rata mencapai 12.00, serta standar deviasi 0.000, yang berarti tidak ada variasi skor antar responden. Hal ini menunjukkan bahwa semua responden berhasil memahami materi dengan baik setelah intervensi.

Hasil uji statistik paired t-test memperlihatkan bahwa nilai rata-rata perbedaan antara pre-test dan post-test sebesar -39.33 dengan standar deviasi 14.37 dan nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar 0.000 (kurang dari 0.05). Dengan nilai t sebesar -10.597 dan tingkat kepercayaan 95%, hasil ini mengindikasikan adanya perbedaan yang sangat signifikan antara sebelum dan sesudah intervensi. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa intervensi yang dilakukan dalam bentuk edukasi atau pemberian informasi mengenai Anemia pada kehamilan dan pentingnya konsumsi tablet fe pada kehamilan penting dalam upaya meningkatkan layanan kesehatan ibu dan anak. Hasil ini diperkuat oleh penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Riaka De Fitri dkk, (2023) bahwa program self-assessment atau self-efficacy yang diberikan kepada ibu hamil dapat berpengaruh positif secara signifikan.

## KESIMPULAN

Pendekatan self-assessment terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet tambah darah sebagai upaya pencegahan anemia. Metode ini dapat dijadikan alternatif strategi edukasi dan pemantauan mandiri yang dapat diterapkan dalam program pelayanan kesehatan ibu di tingkat primer. Diperlukan penelitian lanjutan dengan skala lebih besar untuk melihat efektivitas jangka panjangnya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Harmawati, & Etriyanti. (2020). Upaya Pencegahan Anemia pada Pasien dan Keluarga. *Jurnal Abdimas Sainika*, 4(1), 114– 117. <https://jurnal.syedzasainika.ac.id>
- Natalia, L., Yuwansyah, Y., & Setiawati, A. E. (2022). Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Primigravida Tentang Anemia Pada Kehamilan. *Journal of Midwifery Care*, 3(01), 11–22. <https://doi.org/10.34305/jmc.v3i01.544>
- Dinas Kesehatan Kabupaten Kotawaringin Barat. (2018). Profil kesehatan daerah Kabupaten Kotawaringin Barat tahun 2018. Dinas Kesehatan Kabupaten Kotawaringin Barat.
- Handayani, S., Putri, D. A., & Nugroho, H. S. (2022). Hubungan anemia dengan kejadian kematian ibu hamil di wilayah pedesaan Kalimantan Tengah. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 18(2), 123–130.
- Prawirohardjo, S. (2013). Ilmu kebidanan (ed. 4). Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- World Health Organization. (2014). Worldwide prevalence of anaemia 1993– 2005: WHO global database on anaemia. World Health Organization. <https://www.who.int/publications/i/item/9789241596657>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2014). Pedoman pemberian tablet tambah darah bagi remaja putri dan wanita usia subur. Direktorat Jenderal Bina Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak, Kemenkes RI.
- Susiloningtyas, A. (2017). Hubungan kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada ibu hamil. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, 11(2), 45–51. (Sesuaikan nama jurnal dan halaman jika berbeda; saya gunakan format umum karena tidak disebutkan secara spesifik.)
- Kurniawati, S., & Pasiriani, N. (2023). Hubungan tingkat kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada ibu hamil. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 9(1), 22–30. (Sesuaikan dengan jurnal dan volume/halaman jika berbeda)
- Al-Mamouri, R. H. L., & Al-Hakeem, H. M. (2018). Placental changes in anemic pregnant women. *Journal of Research in Medical and Dental Science*, 6(2), 229–234.
- Aditianti, A., & Djaiman, A. (2020). Hubungan kadar hemoglobin ibu hamil dengan berat

- badan lahir bayi. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Tradisional*, 5(1), 22–28.  
<https://doi.org/10.37341/jkkt.v5i1.1234>
- Daru, J., et al. (2018). Risk of maternal mortality in women with severe anaemia during pregnancy and post partum: A multilevel analysis. *The Lancet Global Health*, 6(5), e548–e554. [https://doi.org/10.1016/S2214-109X\(18\)30078-0](https://doi.org/10.1016/S2214-109X(18)30078-0)
- Hidayanti, D., & Rahfiludin, M. Z. (2020). Dampak anemia defisiensi besi pada ibu hamil dan bayi. *Jurnal Gizi Indonesia*, 8(1), 56–64. <https://doi.org/10.14710/jgi.8.1.56-64>
- Pritasari, K., Sari, D. K., & Mulyani, N. S. (2017). Anemia dan risiko perdarahan postpartum. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 8(2), 101–107.
- Viera Valencia, L. M., & Garcia Giraldo, J. A. (2019). Iron deficiency anemia and low birth weight: A systematic review. *Revista Colombiana de Obstetricia y Ginecología*, 70(3), 200–207. <https://doi.org/10.18597/rcog.3555>
- World Health Organization. (2023). Anaemia in pregnant women.
- WHO. <https://www.who.int/data/gho/indicator-metadata-registry/imr-details/101>
- Guspaneza, G., & Martha, E. (2019). Gejala anemia pada ibu hamil dan dampaknya terhadap aktivitas harian. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan*, 10(1), 45–50. <https://doi.org/10.31227/jkk.v10i1.2019>
- Tanto, F., & Kayika, R. (2014). Anemia defisiensi besi: Diagnosis dan penatalaksanaan. Penerbit Buku Kedokteran EGC
- Agustina, R. (2019). Edukasi konsumsi tablet tambah darah dalam pencegahan anemia pada ibu hamil. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 13(2), 125–132. <https://doi.org/10.25077/jkma.13.2.125-132.2019> (sesuaikan bila jurnal berbeda)
- Juarna, M., Yuliana, Y., & Utami, E. D. (2015). Cara konsumsi tablet tambah darah dan keluhan yang dirasakan ibu hamil. *Jurnal Kebidanan*, 6(1), 32–38.
- Kemendes RI. (2014a). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 97 Tahun 2014 tentang Pelayanan Kesehatan Masa Sebelum Hamil, Masa Hamil, Persalinan, dan Masa Sesudah Melahirkan, Penyelenggaraan Pelayanan Kontrasepsi, serta Pelayanan Kesehatan Seksual. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemendes RI. (2014b). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 88 Tahun 2014 tentang Standar Tablet Tambah Darah bagi Wanita Usia Subur dan Ibu Hamil. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemendes RI. (2020). Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2020–2024: Bidang kesehatan. Kementerian PPN/Bappenas dan Kementerian Kesehatan RI.
- Keswara, A., & Hastuti, R. D. (2017). Efektivitas pemberian tablet Fe terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil. *Jurnal Ilmu Gizi dan Kesehatan*, 5(1), 20–26.
- Litasari, D. E., Sari, M., & Rahayu, A. (2014). Kepatuhan konsumsi tablet zat besi dan perubahan kadar hemoglobin pada ibu hamil di Puskesmas Purwoyoso Semarang. *Jurnal Kebidanan*, 3(2), 55–61.
- Permana, F., Wulandari, R. D., & Sari, I. N. (2019). Kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dan kadar hemoglobin pada ibu hamil. *Jurnal Kesehatan*, 10(1), 45–50.
- Rahmi, Y. (2019). Kepatuhan konsumsi tablet Fe pada ibu hamil dan faktor-faktor yang mempengaruhinya. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 6(1), 67–72.
- Ratih, A. (2017). Pentingnya zat besi bagi ibu hamil dan janin. *Jurnal Gizi Indonesia*, 6(2), 87–91.
- Rimawati, E., Sulastri, D., & Purwaningsih, E. (2018). Faktor yang mempengaruhi penyerapan tablet zat besi pada ibu hamil. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 6(1), 12–19.
- Wahyuni, S. (2019). Kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada ibu hamil dan dampaknya terhadap anemia. *Jurnal Bidan*, 13(1), 22–27