

**PERILAKU KONSUMSI JUMLAH TABLET *FE* SEKALI MINUM DI BPM
KECAMATAN SEMAKA KABUPATEN TANGGAMUS
PROVINSI LAMPUNG****Hera Yusnida^{*1}, Diah Ayu Saputri², Dewi Lestari³**^{1,2,3} Akademi Kebidanan Alifa Pringsewu - LampungE-mail: herayusnida@alifa.ac.id¹, diahayusaputri@alifa.ac.id², dewilestari@alifa.ac.id³**Abstrak**

Upaya pencegahan anemia pada masa kehamilan dapat dilakukan oleh ibu hamil dengan meningkatkan asupan zat besi melalui makanan, dan diberikan 90 tablet untuk memenuhi kebutuhan zat besi pada ibu hamil juga perlu untuk diminum secara tepat. Dukungan lingkungan keluarga serta kelompok ibu hamil juga diperlukan pada upaya penurunan kejadian anemia. Penelitian dilakukan di BPS Mega Pratiwi Kecamatan Semaka Kabupaten Tanggamus. Desain penelitian adalah deskriptif kuantitatif. Subjek penelitian adalah semua ibu hamil yang datang berkunjung ke bpm, mega pratiwi dengan besaran 30 orang. Dari hasil penelitian yang telah dilakukan diperoleh sebagian besar umur responden yaitu 20 sampai 35 sebanyak 17 responden 56,7%, berpendidikan yaitu SMA sebanyak 14 responden (46,7%), tidak bekerja sebanyak 19 responden (63,3%). Gambaran perilaku Jumlah tablet Fe yang dikonsumsi saat minum paling banyak adalah perilaku positif dengan 21 orang (70%), frekuensi gambaran perilaku cara mengkonsumsi tablet Fe yang dikonsumsi paling banyak adalah perilaku negatif dengan 20 orang (66,7%) serta frekuensi gambaran perilaku jumlah yang dikonsumsi perhari paling banyak adalah perilaku positif dengan 17 orang (56,7%).

Keywords: Perilaku Konsumsi, Fe, Sekali Minum.**PENDAHULUAN**

Anemia pada ibu hamil merupakan masalah kesehatan global yang memiliki dampak serius terhadap kesehatan ibu dan janin. Di Indonesia, prevalensi anemia pada ibu hamil cukup tinggi, mencapai 44,20% (Ariandini & Ramadani, 2023). Anemia pada ibu hamil adalah kondisi di mana kadar hemoglobin dalam darah mereka dibawah batas normal (11 gr/dL), yang dapat menyebabkan kekurangan kapasitas darah untuk mengangkut oksigen ke sekitar tubuh (Wahyuningsih, Hartati & Puspita, 2023). Anemia pada ibu hamil dapat menyebabkan berbagai komplikasi, seperti risiko kematian maternal dan perinatal, kelahiran prematur, berat badan lahir rendah, serta gangguan pertumbuhan dan perkembangan janin (Patriani, Sinulingga & Nurita, 2023). Anemia pada ibu hamil juga dapat berdampak pada kualitas sumber daya manusia yang akan dilahirkan (Minarni, Nancy & Ginting, 2023) Anemia pada ibu hamil terutama disebabkan oleh kekurangan zat besi, suatu kondisi di mana tubuh tidak memiliki cukup zat besi untuk memproduksi hemoglobin yang cukup. Oleh karena tersebut, untuk mencegah dan mengatasi anemia pada ibu hamil, konsumsi tablet tambah darah (Fe) telah menjadi salah satu intervensi yang umum dilakukan (Rahmawati et al.,2021). Zat besi merupakan komponen esensial dalam pembentukan hemoglobin, yang berperan penting dalam mengangkut oksigen dari paru-paru ke seluruh tubuh, sehingga konsumsi tablet zat besi dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil.

Kehamilan meningkatkan kebutuhan tubuh akan zat besi karena adanya peningkatan volume darah dan pertumbuhan janin.. Beberapa penelitian dan kegiatan pengabdian masyarakat telah dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu hamil tentang pentingnya konsumsi tablet tambah darah (Fe) dalam pencegahan anemia. Sebuah kegiatan pengabdian masyarakat di Kota Jambi, misalnya, dilakukan dengan memberikan edukasi dan konseling kepada ibu hamil tentang pentingnya konsumsi tablet Fe dan susu kedelai untuk mencegah anemia (Ariandini & Ramadani, 2023). Hasil kegiatan ini menunjukkan peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang pencegahan anemia. Selain itu, sebuah penelitian lain di Indonesia menunjukkan bahwa edukasi tentang pencegahan anemia pada ibu hamil dengan pemberian tablet Fe dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, dan kepatuhan ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet Fe (Wulandari, Octaviani & fajrin, 2023). tablet zat besi membantu mencegah dan mengatasi anemia pada ibu hamil, yang dapat menyebabkan berbagai komplikasi serius seperti risiko kelahiran prematur, berat badan lahir rendah, dan gangguan pertumbuhan janin (Khoiriah & Latifah, 2020). Oleh karena itu, ibu hamil rentan mengalami defisiensi zat besi, yang dapat menyebabkan anemia jika tidak diatasi dengan baik. Salah satu upaya pencegahannya adalah dengan pemberian tablet Fe.

Konsumsi tablet besi telah diakui sebagai metode yang efektif untuk mencegah dan mengatasi anemia pada ibu hamil. Tablet besi dapat memberikan suplemen zat besi yang cukup untuk memenuhi kebutuhan tambahan selama kehamilan. Namun, meskipun sudah ada kebijakan dan program pencegahan anemia pada ibu hamil dengan memberikan tablet besi, masih terdapat tantangan seperti ketidakpatuhan dalam mengkonsumsi tablet secara teratur, efek samping yang mungkin muncul, dan faktor-faktor sosial ekonomi yang mempengaruhi aksesibilitas terhadap tablet besi. Melalui pemahaman latar belakang ini, peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai perilaku jumlah tablet fe yang dikonsumsi sekali minum di BPM Kecamatan Semaka Kabupaten Tanggamus Tahun 2021.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif. Analisis data dilakukan dengan menggunakan analisis deskriptif yaitu analisis yang dilakukan terhadap variabel penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu hamil yang datang berkunjung ke BPM Mega Pratiwi Amd. Keb, Kecamatan Semaka Kabupaten Tanggamus Tahun 2021. Dalam penelitian ini Responden dari penelitian ini adalah 30 orang semua ibu hamil yang datang berkunjung ke BPM yang terpilih menjadi sampel melalui aplikasi *random number*. Pada penelitian ini instrumen yang digunakan yaitu lembar instrumen mengenai perilaku jumlah tablet Fe yang dikonsumsi saat minum dan cara mengkonsumsi tablet Fe yang dikonsumsi di BPM.

HASIL DAN DISKUSI

Berdasarkan penelitian yang dilakukan terhadap 30 responden didapatkan hasil karakteristik ibu hamil sebagai berikut:

Tabel 1. Karakteristik Responden di BPM Mega Pratiwi Amd. Keb Sedayu Kecamatan Semaka Kabupaten Tanggamus Tahun 2021

Variabel	Umur	Frekuensi	(%)
----------	------	-----------	-----

Umur	<20 tahun	7	23,3
	20-35 tahun	17	56,7
	>35 tahun	6	20
Pendidikan	SD	5	16,7
	SMP	11	36,7
	SMA	14	46,7
Pekerjaan	Bekerja	11	36,7
	Tidak Bekerja	19	63

Berdasarkan hasil uji Univariat, distribusi frekuensi karakteristik ibu hamil di BPM Mega Pratiwi Amd. Keb Sedayu Kecamatan Semaka Kabupaten Tanggamus Tahun 2021. Karakteristik umur ibu hamil paling banyak adalah 20-35 tahun dengan 17 orang (56,7%). Usia ibu hamil mempengaruhi risiko kesehatan dan kondisi kesihatan ibu dan bayi. Ibu hamil yang berusia di bawah 20 tahun dan di atas 35 tahun memiliki risiko yang lebih tinggi terhadap gangguan kesehatan seperti hiperemesis gravidarum, preeklampsia, hipertensi, dan keterbatasan fungsi reproduktif (Arini, K.N., & Widiastuti, N, 2021; Saputri, D., & Fransiska, P, 2023). Oleh karena itu, usia ibu hamil digunakan untuk mengantisipasi diagnosis gangguan kesehatan dan memberikan informasi tentang tindakan yang harus dilakukan.

Karakteristik pendidikan ibu hamil paling banyak adalah SMA (46,7%). Penelitian yang menggunakan metode survey dengan populasi ibu hamil di Puskesmas Kassi-Kassi Kota Makassar menunjukkan bahwa ibu hamil dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi memiliki kepatuhan yang lebih baik dalam mengkonsumsi tablet Fe (Amit et al., 2023). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Tingkat pendidikan ibu hamil juga dapat mempengaruhi kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe. Kemudian karakteristik status pekerjaan ibu hamil paling banyak adalah tidak bekerja 19 orang (63%). Beberapa penelitian sebelumnya telah meneliti. mengenai hubungan antara status pekerjaan ibu hamil dengan perilaku konsumsi tablet Fe. Penelitian di Puskesmas Mangkung Lombok Tengah menunjukkan bahwa ibu hamil pekerja memiliki partisipasi mengikuti kelas ibu yang lebih tinggi daripada ibu hamil yang tidak bekerja (Mariam, Pratiwi & Natalia, 2018). Penelitian di Wilayah Kerja Puskesmas Pekauman Kota Banjarmasin menunjukkan bahwa status pekerjaan tidak mempengaruhi frekuensi kunjungan Antenatal Care (ANC) (Rusnilawati, Sukarian, Hanan, 2016). Hasil-hasil penelitian ini memiliki variasi, sehingga perlu lebih banyak penelitian untuk mengevaluasi hubungan antara status pekerjaan ibu hamil dengan kesehatan ibu hamil secara lebih sistematis dan akademis.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Gambaran Perilaku Jumlah tablet Fe yang Dikonsumsi Saat Minum di BPM Mega Pratiwi Sedayu Kecamatan Semaka Kabupaten Tanggamus

No	Perilaku	F	(%)
1	Perilaku Positif	21	70
2	Perilaku Negatif	9	30
	Total	30	100

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Gambaran Perilaku Cara Mengkonsumsi Tablet Fe yang Dikonsumsi di BPM Mega Pratiwi Sedayu Kecamatan Semaka Kabupaten Tanggamus

No	Perilaku	F	(%)
1	Perilaku Positif	10	33,3
2	Perilaku Negatif	20	66,7

	Total	30	100
Tabel 4. Distribusi Frekuensi Gambaran Perilaku Jumlah yang Dikonsumsi perhari di BPM Mega Pratiwi Sedayu Kecamatan Semaka Kabupaten Tanggamus			
No	Perilaku	F	(%)
1	Perilaku Positif	17	56,7
2	Perilaku Negatif	13	43,3
	Total	30	100

Berdasarkan hasil uji Univariat, distribusi frekuensi gambaran perilaku Jumlah tablet Fe yang dikonsumsi saat minum paling banyak adalah perilaku positif dengan 21 orang (70%), frekuensi gambaran perilaku cara mengkonsumsi tablet Fe yang dikonsumsi paling banyak adalah perilaku negatif dengan 20 orang (66,7%) serta frekuensi gambaran perilaku jumlah yang dikonsumsi perhari paling banyak adalah perilaku positif dengan 17 orang (56,7%). Dari hasil ini, dapat disimpulkan bila perilaku jumlah tablet Fe yang dikonsumsi dan perilaku jumlah yang dikonsumsi per hari oleh ibu hamil sudah cenderung baik, namun perilaku cara mengkonsumsi tablet Fe yang dikonsumsi oleh ibu hamil di BPM Mega Pratiwi Amd. Keb Sedayu Kecamatan Semaka Kabupaten Tanggamus Tahun 2021 masih belum optimal.

Meskipun upaya telah dilakukan untuk menyediakan tablet tambah darah sebagai suplemen zat besi, nyatanya terdapat beberapa kendala yang mempengaruhi perilaku konsumsi tersebut. Salah satu gambaran perilaku yang masih kurang baik adalah ketidakpatuhan dalam cara mengkonsumsi tablet tambah darah secara teratur. Berdasarkan hasil penelitian yang ada, gambaran perilaku konsumsi tablet tambah darah pada ibu hamil masih kurang baik. Beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku konsumsi tablet tambah darah pada ibu hamil antara lain: Pengetahuan ibu hamil tentang tablet tambah darah (Fe) berhubungan dengan perilaku konsumsi tablet tambah darah (Fe) Pendidikan kesehatan dengan media video dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang tablet Fe dan berpengaruh pada kepatuhan konsumsi tablet Fe (Munayarokh el al., 2022; Pemayun, Winangsih & Ariyanti, 2023). Dukungan sosial dari lingkungan sekitar dapat berupa dukungan dari teman sebaya, dukungan guru pembina UKS, dukungan petugas kesehatan, dan akses informasi (Pemayun, Winangsih & Ariyanti, 2023; Nadiya, Hasan & Sulolipu, 2023). Kendala yang dihadapi ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet tambah darah antara lain informasi yang tidak berkelanjutan, kurangnya pengetahuan orang tua tentang program pemberian tablet (Nadiya, Hasan & Sulolipu, 2023).

Dari beberapa penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa pendidikan kesehatan dan pengetahuan ibu hamil tentang tablet tambah darah (Fe) sangat penting untuk meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet Fe. Upaya yang dapat dilakukan untuk memperbaiki perilaku konsumsi tablet Fe meliputi mempertimbangkan aspek edukasi kesehatan dan pengetahuan ibu hamil tentang tablet Fe, mengimplementasikan media komunikasi yang efektif, seperti media video, untuk mempertingkatkan pengetahuan ibu hamil tentang tablet Fe serta merencanakan pelatihan dan penyuluhan kesehatan yang lebih luas dan reguler (Amin et al., 2023; Munayarokh el al., 2022). Selain itu, faktor-faktor seperti dukungan sosial dan informasi yang berkelanjutan juga berpengaruh pada perilaku konsumsi tablet tambah darah (Fe) pada ibu hamil. Oleh karena itu, perlu dilakukan upaya-upaya untuk meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet tambah darah (Fe) selama kehamilan.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan penelitian yang berjudul perilaku jumlah tablet fe yang dikonsumsi sekali minum di BPM Kecamatan Semaka Kabupaten Tanggamus Tahun 2021. Gambaran perilaku Jumlah tablet Fe yang dikonsumsi saat minum paling banyak adalah perilaku positif dengan 21 orang (70%), frekuensi gambaran perilaku cara mengkonsumsi tablet Fe yang dikonsumsi paling banyak adalah perilaku negatif dengan 20 orang (66,7%) serta frekuensi gambaran perilaku jumlah yang dikonsumsi perhari paling banyak adalah perilaku positif dengan 17 orang (56,7%). Dari hasil ini, dapat disimpulkan bila perilaku jumlah tablet Fe yang dikonsumsi dan perilaku jumlah yang dikonsumsi per hari oleh ibu hamil sudah cenderung baik, namun perilaku cara mengkonsumsi tablet Fe yang dikonsumsi oleh ibu hamil di BPM Mega Pratiwi Amd. Keb Sedayu Kecamatan Semaka Kabupaten Tanggamus Tahun 2021 masih belum optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Amin, W., Afriani, A., Indriani, I., & Fitriana, F. (2023). Tingkat Pengetahuan Dan Pendidikan Ibu Hamil Tentang Kepatuhan Mengkonsumsi Tablet Tambah Darah (Fe) Di Puskesmas Kassi-Kassi Kota Makassar. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*.
- Ariandini, S., & Ramadani, F. (2023). Edukasi Pencegahan Anemia pada Ibu Hamil dengan Pemberian Tablet Fe. *Jurnal Abdi Mahosada*.
- Arini, K.N., & Widiastuti, N. (2021). Status kesehatan ibu hamil pada era jaminan kesehatan nasional di kota denpasar: Health status of pregnant women in the era of national health insurance in denpasar city.
- Khoiriah, A., & Latifah, L. (2020). Pemberian Tablet Zat Besi (Fe) Pada Ibu Hamil Di Posyandu Mawar Berduri Rt 05 Kelurahan Tuan Kentang Kecamatan Jakabaring Kota Palembang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kebidanan*.
- Mariam, M., Pratiwi, B.R., & Natalia, O. (2018). Hubungan Status Pekerjaan Ibu Hamil Dengan Partisipasi Mengikuti Kelas Ibu Di Puskesmas Mangkuk Kecamatan Praya Barat Kabupaten Lombok Tengah Tahun 2018. *Jurnal Kesehatan Qamarul Huda*.
- Minarni, M.A., Nancy, A., & Ginting, A.B. (2023). Hubungan Dukungan Suami, Riwayat Seksio Sesarea, Status Ekonomi, Dan Asupan Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Toboali Tahun 2022. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*.
- Munayarokh, M., Herawati, T., Idhayanti, R.I., & Nikmawati, N. (2022). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Video Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Tablet Fe. *Juru Rawat. Jurnal Update Keperawatan*.
- Nadiya, Hasan, C., & Sulolipu, A.M. (2023). Gambaran Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah Mahasiswi Di Fakultas Kesehatan Masyarakat UMI. *Window of Public Health Journal*.
- Patriani, S., Sinulingga, S., & Nurita, S.R. (2023). Edukasi Konsumsi Tablet Fe dan Susu Kedelai untuk pencegahan Anemia pada Ibu Hamil di Bidan Praktek Mandiri Muzilatul Nisma Kota Jambi. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*.
- Pemayun, C.I., Winangsih, R., & Ariyanti, K.S. (2023). Gambaran Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Di Tabanan. *jurnal Medika Husada*

- Rahmawati, N., Nurmala, E., Berliani, C., & Aprilia, E.N. (2021). Upaya Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil Dengan Penyuluhan Dan Pemberian Tablet Zat Besi Di Desa Mandalasari Kecamatan Cikancung Kabupaten Bandung.
- Ruslinawati, R., Sukarlan, S., & Hanan, H. (2016). Perbedaan Status Pekerjaan Ibu Hamil Dengan Frekuensi Kunjungan Antenatal Care (Anc) Di Wilayah Kerja Puskesmas Pekauman Kota Banjarmasin Tahun 2016.
- Saputri, D., & Fransiska, P. (2021). Karakteristik Ibu Hamil Dengan Preeklampsia. *Cendekia Medika: Jurnal Stikes Al-Ma`arif Baturaja*.
- Wahyuningsih, E., Hartati, L.S., & Puspita, D. W. (2023). Analisis Resiko Kejadian Anemia pada Ibu Hamil. *PROFESSIONAL HEALTH JOURNAL*.
- Wulandari, A., Octaviani, D.A., & Fajrin, R. (2021). Health Education of Anemia In Pregnant Women Using Pocketbook Media On Increasing Knowledge, Attitudes, And Compliance With Fe Tablet Consumption / Pendidikan Kesehatan Anemia Pada Ibu Hamil Dengan Media Buku Saku Terhadap Peningkatan Pengetahuan, Sikap, Dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe. *Journal of Applied Health Management and Technology*.