

Kejadian Anemia Ditinjau Dari Pola Makan Dan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe Pada Ibu Hamil Trimester III Di BPM Rosa Siskawati Plosoklaten Kabupaten Kediri

Panca Radono*, Falentin Ledys Tanggu, Anggrawati Wulandari

Institut Ilmu Kesehatan STRADA Indonesia, Indonesia

Corresponding author: Panca Radono (fiverado@gmail.com)

Received: June 10 2021; Accepted: July 25 2021; Published: September 1 2021

ABSTRAK

Anemia merupakan masalah gizi di dunia, terutama di negara berkembang termasuk Indonesia. Angka anemia gizi besi di Indonesia sebanyak 72,3%. Kekurangan besi pada remaja mengakibatkan pucat, lemah, letih, pusing, dan menurunnya konsentrasi belajar. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pola makan dan kepatuhan mengonsumsi Tablet Fe terhadap kejadian Anemia di BPM rosa siskawati plosoklaten Kabupaten Kediri. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan *corelasi* dengan pendekatan *crosectional*. Smpel dalam penelitian ini berjumlah 34 responden. Sampling penelitian ini menggunakan *accidental sampling*, Pengumpulan data menggunakan kuisioner dan proses perhitungan menggunakan uji *wilcoxon* dengan menggunakan SPSS 18.0 kesalahan α 0.05. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hampir setengah responden (48,6%) memiliki pola makan yang kurang yaitu 17 responden, Lebih dari setengah responden (57,1%) tidak patuh mengonsumsi Fe yaitu 20 responden dari total 34, dan Lebih dari setengah responden (54,3%) dengan kejadian anemia yaitu 19 responden dari total 34 responden Berdasarkan hasil uji statistic yang telah dilakukan menggunakan uji *Regresi logistik*, diketahui bahwa nilai *p-value Pola makan* = 0,006 lebih kecil dari nilai α (0,05). Sehingga dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_1 diterima Sedangkan nilai *p value kepatuhan konsumsi* = 0,048 lebih kecil dari α (0,05). Sehingga dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_1 diterima. Ada pengaruh yang sangat signifikan antara pola makan dengan kejadian anemia dan juga kepatuhan konsumsi Tablet Fe dengan kejadian. Dimana ketika pola makan ibu hamil baik dan juga patuh dalam mengonsumsi Fe maka kondisi kadar hemoglobin ibu hamil tetap terjaga dan tidak terjadi anemia pada ibu hamil tersebut.

Kata Kunci: Pola Makan, Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe, Kejadian Anemia



This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

PENDAHULUAN

Anemia merupakan masalah gizi di dunia, terutama di negara berkembang termasuk Indonesia. Angka anemia gizi besi di Indonesia sebanyak 72,3%. Kekurangan besi pada remaja mengakibatkan pucat, lemah, letih, pusing, dan menurunnya konsentrasi belajar. Penyebabnya, antara lain: tingkat pendidikan orang tua, tingkat ekonomi, tingkat pengetahuan tentang anemia

dari remaja putri, konsumsi Fe, Vitamin C, dan lamanya menstruasi. Angka prevalensi anemia di Indonesia, yaitu pada remaja wanita sebesar 26,50%, pada wanita usia subur sebesar 26,9%, pada ibu hamil sebesar 40,1% dan pada balita sebesar 47,0% (Burner, 2012). Pada saat akan menjadi calon ibu maka akan menjadi calon ibu yang beresiko tinggi untuk kehamilan dan melahirkan, dampak anemia pada ibu hamil diantaranya perdarahan waktu melahirkan sehingga dapat menyebabkan kematian ibu (Sulistyoningih, 2016)

Salah satunya indikator keberhasilan pembangunan dalam bidang kesehatan dapat dilihat dari tinggi rendahnya angka kematian ibu dan bayi. Berdasarkan penelitian WHO diseluruh dunia terdapat kematian ibu sebesar 500.000 jiwa pertahun dan kematian bayi khususnya neonatus sebesar 10.000 jiwa per tahun. Kematian maternal dan bayi tersebut terjadi terutama di negara berkembang sebesar 99 %. Kematian ibu di Indonesia masih berkisar 425/100.000 persalinan hidup. Sedangkan kematian bayi sekitar 56/10.000 persalinan hidup. Salah satu penyebab kematian pada ibu hamil adalah anemia dalam kehamilan (Manuaba, 2015).

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013, prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia sebesar 37,1 %. Pemberian tablet Fe di Indonesia pada tahun 2015 sebesar 85 %. Presentase ini mengalami peningkatan dibandingkan pada tahun 2014 yang sebesar 83,3 %. Meskipun pemerintah sudah melakukan program penanggulangan anemia pada ibu hamil yaitu dengan memberikan 90 tablet Fe kepada ibu hamil selama periode kehamilan dengan tujuan menurunkan angka anemia ibu hamil, tetapi kejadian anemia masih tinggi (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Berdasarkan laporan yang didapat di BPM Rosa Siskawati bulan Maret-Desember 2019 menunjukkan prevelensi anemia pada ibu hamil meningkat hingga 20%. Wawancara pendahuluan Dari wawancara pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 11 Desember 2019 oleh peneliti di BPM Rosa Siskawati didapatkan 5 orang ibu hamil dimana 3 (60%) orang ibu hamil tidak patuh dalam mengkonsumsi tablet fe, 2 orang ibu hamil trimester III mengatakan tidak patuh dalam mengkonsumsi tablet fe dikarenakan mereka mengalami mual muntah, dan 1 orang ibu hamil mengatakan tidak patuh minum dikarenakan sering lupa. Pola makan yang kurang disebabkan karena ada pantangan makanan yang tidak boleh dikonsumsi selama masa kehamilan, dan juga kadar Hbnya kurang dari 11gram. Dan 2 (40%) ibu hamil lainnya tidak mengalami anemia dilihat dari pola makan ibu yang baik yaitu ibu makan 3x sehari dan ibu mengkonsumsi nasi, bayam, daging, ikan, susu dan Hbnya 11 gr.

Beberapa faktor yang dapat menyebabkan terjadinya anemia kehamilan diantaranya kepatuhan konsumsi tablet Fe dan pola makan (Keisnawati dkk, 2015). Hasil penelitian Ridayanti (2012), menyebutkan bahwa ibu hamil dengan anemia juga disebabkan oleh faktor primigravida. Ibu primigravida yang mengalami anemia kehamilan sebesar 44,6% sedangkan ibu multigravida yang mengalami anemia kehamilan sebesar 12,8%. Hal tersebut disebabkan ibu primigravida belum mempunyai pengalaman untuk menjaga kesehatan kehamilan dari kehamilan sebelumnya karena baru pertama kali hamil (Farsi, 2011).

Pola makan yang baik selama kehamilan dapat membantu tubuh mengatasi permintaan khusus karena hamil, serta memiliki pengaruh positif pada kesehatan bayi. Pola makan sehat pada ibu hamil adalah makanan yang dikonsumsi oleh ibu hamil harus memiliki jumlah kalori dan zat-zat gizi yang sesuai dengan kebutuhan seperti karbohidrat, lemak, protein, vitamin, mineral, serat dan air (Manuaba, 2010). Pola makan ini dipengaruhi oleh beberapa hal yaitu kebiasaan, kesenangan, budaya, agama, taraf ekonomi dan alam. Sehingga faktor-faktor yang mengalami pola makan ibu hamil tersebut berpengaruh pada status gizi ibu.

Kepatuhan dalam mengkonsumsi tablet besi adalah ketaatan ibu hamil melaksanakan anjuran petugas kesehatan untuk mengkonsumsi tablet zat besi. Kepatuhan mengkonsumsi tablet zat besi diukur dari ketepatan jumlah tablet yang dikonsumsi, ketepatan cara mengkonsumsi tablet zat besi, frekuensi konsumsi perhari. Suplementasi besi atau pemberian

tablet Fe merupakan salah satu upaya penting dalam mencegah dan menanggulangi anemia, khususnya anemia kekurangan besi. Suplementasi besi merupakan cara efektif karena kandungan besinya yang dilengkapi asam folat yang dapat mencegah anemia karena kekurangan asam folat (Afnita, 2004). Ketidapatuhan ibu hamil meminum tablet zat besi dapat memiliki peluang yang lebih besar untuk terkena anemia.

Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul kejadian anemia ditinjau dari Pola Makan Dan Kepatuhan Mengkonsumsi Tablet Fe Pada Ibu Hamil Trimester III di BPM Rosa Siskawati Kecamatan Plosoklaten Kabupaten Kediri.

METODE

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan *corelaso* dengan pendekatan *crosectional*. Sampling penelitian ini menggunakan *simple random sampling*, Pengumpulan data menggunakan kuisioner dan proses perhitungan menggunakan uji *wilcoxon* dengan menggunakan SPSS 18.0 kesalahan α 0.05.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1 karakteristik responden Di BPM Rosa Siskawati Kecamatan Plosoklaten Kabupaten Kediri.

Usia (Tahun)	Frekuensi	P (%)
<20 Tahun	9	25.7
20-35 Tahun	16	45.7
>35 Tahun	9	25.7
Total	34	100
Pendidikan	Frekuensi	P (%)
SD	15	42.9
SMP	10	28.6
SMA	6	17.1
Perguruan Tinggi	3	8.6
Total	34	100
Pekerjaan	Frekuensi	P (%)
IRT	24	68.6
Swasta	4	11.4
Wiraswasta	4	11.4
PNS	2	5.7
Total	34	100
Pantangan Makan	Frekuensi	P (%)
ya	19	54.3
Tidak	15	42.9
Total	34	100
Rutinitas Komsumsi Fe	Frekuensi	P (%)
ya	15	42.9
tidak	19	54.3
Total	34	100
Alasan Tidak Mengkomsumsi Fe	Frekuensi	P (%)
Tidak Ada alasan	15	42.9
emesis gravidarum	4	11.4
hiperimesis gravidarum	11	31.4
Total	34	100

Sumber : Data Primer

Berdasarkan Tabel 1 dapat diinterpretasikan bahwa hampir setengah responden (45,7%) berusia 20-35 tahun yaitu 16 responden dari total 34 responden, hampir setengah responden (42,9%) berpendidikan SD yaitu 15 responden dari total 34 responden, lebih dari setengah responden (68,6%) bekerja sebagai ibu rumah tangga yaitu 24 responden dari total 34 responden, lebih dari setengah responden (54,3%) memiliki pantangan makan yaitu 19 responden dari total 34 responden, lebih dari setengah responden (54,3%) tidak rutin mengkonsumsi Fe yaitu 19 responden dari total 34 responden dan hampir setengah responden (42,9%) tidak ada alasan mengkonsumsi yaitu 15 responden dari total 34 responden

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Pola Makan, kepatuhan konsumsi Fe dan Anemia pada ibu hamil Trimester III Di Bpm Rosa Siskawati Plosoklaten Kabupaten Kediri.

Pola makan	Frekuensi	P (%)
Baik	3	8.6
Cukup	14	40.0
Kurang	17	48.6
Total	34	100
Kepatuhan Mengonsumsi Fe	Frekuensi	P (%)
Tidak Patuh	20	57.1
patuh	14	40.0
Total	34	100
Kejadian Anemia	Frekuensi	P (%)
Tidak anemia	15	42.9
Anemia	19	54.3
Total	34	100

Sumber : Data Primer

Berdasarkan Tabel 2 dapat diinterpretasikan bahwa hampir setengah responden (48,6%) memiliki pola makan yang kurang yaitu 17 responden dari total 34 responden, lebih dari setengah responden (57,1%) tidak patuh mengkonsumsi Fe yaitu 20 responden dari total 34 responden dan lebih dari setengah responden (54,3%) dengan kejadian anemia yaitu 19 responden dari total 34 responden

Tabel 3 Hasil Uji statistic kejadian anemia ditinjau dari Pola Makan Dan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe Pada Ibu Hamil Trimester III di BPM Rosa Siskawati Kecamatan Plosoklaten Kabupaten Kediri.

Variabel	Asymp.sig. (2-tailed)
Pola Makan dengan Kejadian Anemia	0,006
Kepatuhan mengkonsumsi Fe	0,048

Sumber : Data Primer

Berdasarkan hasil uji statistic yang telah dilakukan menggunakan uji *Regresi logistik* , diketahui bahwa nilai p -value *Pola makan* = 0,006 lebih kecil dari nilai α (0,05). Sehingga dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_1 diterima, yang artinya terdapat pengaruh pola makan terhadap kejadian anemia. Sedangkan nilai p value *kepatuhan konsumsi* = 0,048 lebih kecil dari α (0,05). Sehingga dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_1 diterima, yang artinya terdapat pengaruh kepatuhan konsumsi Fe terhadap kejadian anemia.

PEMBAHASAN

Pola Makan Ibu Trimester III Di BPM Rosa Siskawati Plosoklaten Kabupaten Kediri.

Penelitian yang dilakukan di BPM Rosa Siskawati Plosoklaten Kabupaten Kediri, tentang pola makan ibu trimester III Didapatkan hasil bahwa hampir setengah responden (48,6%) memiliki pola makan yang kurang yaitu 17 responden dari total 34 responden. Menurut Hong (2013) mengemukakan bahwa pola makan berbagai informasi yang memberikan gambaran mengenai macam dan jumlah makanan yang dimakan tiap hari oleh seseorang atau sekelompok orang dalam memenuhi kebutuhan gizi setiap hari. Pola makan dalam kehamilan yaitu suatu pola makan yang harus di patuhi ibu hamil selama kehamilan untuk menghindari terjadinya status gizi yang kurang dan anemia pada kehamilan. Pola makan yang baik selama kehamilan juga dapat memberikan dampak positif pada janin dalam kandungan. Sedangkan Waryana (2011) berpendapat bahwa Pola makan seimbang terdiri dari berbagai makanan dalam jumlah dan proporsi yang sesuai untuk memenuhi kebutuhan gizi ibu hamil. Pola makan yang tidak seimbang akan menyebabkan ketidakseimbangan zat gizi yang masuk kedalam tubuh dan dapat menyebabkan terjadinya kekurangan gizi ataupun sebaliknya. Zulaikha (2015) Kekurangan asupan gizi pada ibu hamil selain berdampak pada berat bayi lahir juga berdampak pada ibu hamil yaitu akan menyebabkan terjadinya anemia pada ibu hamil. Sulistyoningih, (2011) menambahkan bahwa Pola makan ibu selama masa kehamilannya membutuhkan tambahan-tambahan zat besi dan tambahan multivitamin, kebutuhannya akan zat besi hampir dua kali lipat. Untuk mendapatkan lebih banyak manfaat zat besi ibu harus banyak konsumsi sayuran, seperti buncis, artichoke, dan kacang merah, serta mengkombinasikan dengan makanan-makanan yang mengandung vitamin C, seperti buah-buahan sitrus, brokoli, paprika, maupun stroberi. Hal ini disebabkan zat besi yang berasal dari tumbuhan tidak diserap seefektif kandungan zat besi dari daging merah, ikan, dan daging unggas. Sehingga ibu membutuhkan vitamin C yang berfungsi menyerap mineral ini.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Dina Mariana (2018) tentang Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas, didapatkan bahwa dari 30 responden yang dijadikan sampel, terdapat sebagian responden (50,0%) memiliki pola makan yang tidak sehat. Dari beberapa pendapat diatas peneliti dapat bersumsi bahwa responden memiliki pola makan yang kurang dikarenakan responden belum paham betul tentang pola makan yang baik bagi kesehatan janin. Hasil wawancara dengan beberapa responden, mengatakan bahwa sering sibuk dengan pekerjaan mereka dalam rumah sehingga mengkonsumsi makanan seperlunya saja. Sehingga sangat penting bagi tenaga kesehatan untuk memberikan pendidikan kesehatan yang baik bagi hamil ibu trimester III.

Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe Pada Ibu Hamil Trimester III Di BPM Rosa Siskawati Plosoklaten Kabupaten Kediri

Penelitian yang dilakukan di BPM Rosa Siskawati Plosoklaten Kabupaten Kediri, tentang kepatuhan mengkonsumsi Tablet Fe ibu trimester III, didapatkan hasil bahwa lebih dari setengah responden (57,1%) tidak patuh mengkonsumsi Fe yaitu 20 responden dari total 34 responden. Menurut Hernawati (2013) kepatuhan mengkonsumsi tablet fe yaitu ketaatan ibu hamil melaksanakan anjuran petugas kesehatan untuk mengkonsumsi tablet fe. Tablet fe merupakan salah satu cara dalam menanggulangi terjadinya anemia pada kehamilan. Ketidak patuhan ibu dalam mengkonsumsi tablet fe dapat menyebabkan anemia dalam kehamilan dan juga dapat membahayakan ibu dan juga janin. Menurut DepKes RI (2018) Pola konsumsi tablet fe sebaiknya dikonsumsi pada saat perut kosong (sebelum makan), tetapi karena garam besi bersifat anstringen, iritasi saluran cerna mungkin terjadi, makan tablet fe bisa diminum sesudah makan. Tablet fe yang dikonsumsi selama masa kehamilan berjumlah 90 tablet dimana pada trimester I tablet fe yang harus dikonsumsi ibu hamil berjumlah 30 tablet, pada trimester II berjumlah 30 tablet dan pada trimester III berjumlah 30 tablet. (Asfua, 2017).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Wiwit Hidayah (2012), tentang Hubungan Kepatuhan Ibu Hamil Mengonsumsi Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia Di Desa Pageraji Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas. Didapatkan hasil bahwa diketahui ibu hamil yang patuh dalam mengonsumsi tablet Fe lebih banyak (50,9%) dibandingkan yang tidak patuh (49,1%). Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar ibu hamil patuh mengonsumsi tablet Fe. Hal tersebut dapat dipengaruhi pengetahuan ibu hamil yang baik tentang tablet Fe. Pengetahuan tersebut menghasilkan kesadaran bagi ibu hamil untuk mengonsumsi tablet Fe secara teratur selama kehamilannya. Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, artinya mengingat, mengerti sesudah melihat. Jadi pengetahuan adalah hasil dari sesuatu setelah melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, perasaan dan perabaan. Dari berbagai teori di atas peneliti dapat berasumsi bahwa responden tidak patuh mengonsumsi Tablet Fe dikarenakan pasien tidak taat dalam melakukan apa yang diinstruksikan oleh tenaga kesehatan. Selain itu responden memiliki pengetahuan yang kurang tentang pentingnya tablet Fe sehingga membuat responden tidak patuh dalam mengonsumsi Tablet Fe.

Kejadian Anemia di Pada Ibu Hamil Trimester III Di BPM Rosa Siskawati Plosoklaten Kabupaten Kediri

Penelitian yang dilakukan di BPM Rosa Siskawati Plosoklaten Kabupaten Kediri, tentang Kejadian Anemia pada ibu trimester III, didapatkan hasil bahwa lebih dari setengah responden (54,3%) dengan kejadian anemia yaitu 19 responden dari total 34 responden. Menurut Arisman (2014) anemia merupakan keadaan menurunnya kadar hemoglobin, hematokrit, dan jumlah sel darah merah dibawah nilai normal yang dipatok untuk perorangan. Menurut Proferawati dan Asfuh (2013) anemia dalam kehamilan didefinisikan sebagai penurunan kadar hemoglobin kurang dari 11g/dl selama masa kehamilan pada trimester 1 dan 3 dan kurang dari 10g/dl selama masa post partum dan trimester 2. Anemia pada kehamilan dapat membahayakan janin dan ibu, dan apabila anemia terjadi dari awal kehamilan maka dapat menyebabkan kehamilan prematur dan juga dapat menyebabkan terjadinya resiko perdarahan post partum. Anemia dalam kehamilan dapat menyebabkan dampak yang berbahaya bagi ibu dan bayi. Anemia menurut Fatmah (2012) didefinisikan sebagai keadaan dimana level Hb rendah karena keadaan patologis. Pola makan yang baik selama kehamilan dapat membantu tubuh mengatasi permintaan khusus karena hamil serta memiliki pengaruh positif pada kesehatan bayi. Pola makan sehat pada ibu hamil adalah makanan yang dikonsumsi ibu harus memiliki jumlah kalori dan zat-zat gizi yang sesuai dengan kebutuhan seperti karbohidrat, lemak, protein, vitamin, mineral, serat dan air (Manuaba, 2011).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Dina Mariana (2018), tentang Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas, didapatkan hasil bahwa dari 30 responden yang dijadikan sampel, terdapat hampir sebagian kecil responden (26,7%) mengalami anemia. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Anik Sulistiyanti (2015), tentang Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Anemia Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Di Wilayah Kerja Puskesmas Masaran I Sragen, didaotkan hasil bahwa dari 50 responden terdapat 12 responden yang mempunyai tingkat pengetahuan baik tentang anemia. Dari pendapat di atas peneliti dapat berasumsi bahwa responden mengalami kejadian anemia dikarenakan kurangnya pengetahuan responden tentang kejadian anemia dan juga factor-faktor yang mempengaruhi kejadian anemia. Sehingga responden mengalami kejadian anemia untuk itu responden sangat dianjurkan untuk menjaga pola makan dan juga sering berkonsultasi dengan tenaga kesehatan dalam konsumsi Tablet Fe. Selain itu ada beberapa ibu hamil yang mengonsumsi tablet Fe tetapi memiliki kejadian anemia. Hal ini dikarenakan waktu istirahat responden terbatas walaupun mengonsumsi Fe tetapi selalu melakukan aktifitas rumah dan juga kantor sehingga dapat membuat kondisi ibu

hamil menjadi lemah dan efek dari obta tidak dapat bekerja dengna baik. Ituk itu istirahat yang cukup sangat dibutuhkan bagi ibu hamil trimester III.

Hubungan Pola Makan dan Kepatuhan Mengkonsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Anemia di Pada Ibu Hamil Trimester III Di BPM Rosa Siskawati Plosoklaten Kabupaten Kediri.

Berdasarkan hasil uji statistic yang telah dilakukan menggunakan uji *Regresi logistik* , diketahui bahwa nilai p -value *Pola makan* = 0,006 lebih kecil dari nilai α (0,05). Sehingga dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_1 diterima, yang artinya terdapat pengaruh Pengaruh pola makan terhadap kejadian anemia. Sedangkan nilai p value *kepatuhan komsumsi* = 0,048 lebih kecil dari α (0,05). Sehingga dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_1 diterima, yang artinya terdapat pengaruh Pengaruh kempatuhan komsumsi Fe terhadap kejadian anemia. Anemia dalam kehamilan dapat menyebabkan dampak yang berbahaya bagi ibu dan bayi. Anemia menurut Fatmah (2012) didefinisikan sebagai keadaan dimana level Hb rendah karena keadaan patologis. Pola makan yang baik selama kehamilan dapat membantu tubuh mengatasi permintaan khusus karena hamil serta memiliki pengaruh positif pada kesehatan bayi. Pola makan sehat pada ibu hamil adalah makanan yang dikonsumsi ibu harus memiliki jumlah kalori dan zat-zat gizi yang sesuai dengan kebutuhan seperti karbohidrat, lemak, protein, vitamin, mineral, serat dan air (Manuaba, 2011). Pola makan seimbang terdiri dari berbagai makanan dalam jumlah dan proporsi yang sesuai untuk memenuhi kebutuhan gizi ibu hamil. Pola makan yang tidak seimbang akan menyebabkan ketidakseimbangan zat gizi yang masuk kedalam tubuh dan dapat menyebabkan terjadinya kekurangan gizi ataupun sebaliknya. (Waryana, 2011). Kekurangan asupan gizi pada ibu hamil selain berdampak pada berat bayi lahir juga berdampak pada ibu hamil yaitu akan menyebabkan terjadinya anemia pada ibu hamil. (Zulaikha, 2015). Ketepatan mengkonsumsi tablet fe sangatlah penting. Menurut Hernawati (2013) kepatuhan ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet fe sering menjadi masalah karena patuh sangat sulit untuk ditanamkan pada diri sendiri, apalagi untuk orang lain. Kepatuhan dalam mengkonsumsi tablet fe adalah ketaatan ibu hamil melaksanakan anjuran petugas kesehatan untuk mengkonsumsi tablet fe. Kepatuhan mengkonsumsi tablet fe diukur dari ketepatan jumlah tablet yang dikonsumsi, ketepatan cara mengkonsumsi tablet fe, frekuensi konsumsi perhari. Suplementasi besi atau pemberian tablet fe merupakan salah satu upaya penting dalam menangani terjadinya anemia pada ibu hamil. Kebutuhan zat besi pada saat kehamilan meningkat. Beberapa literature mengatakan kebutuhan zat besi meningkat dua kali lipat dari kebutuhan sebelum hamil. Hal ini terjadi karena selama hamil, volume darah meningkat 50%, sehingga perlu lebih banyak zat besi untuk membentuk hemoglobin. Dalam keadaan tidak hamil kebutuhan zat besi biasanya dapat dipenuhi dari menu makanan sehat dan seimbang. Tetapi dalam keadaan hamil suplai zat besi dari makanan masih belum mencukupi sehingga dibutuhkan suplemen berupa tablet fe. (Arisman, 2015). Ketidakepatuhan ibu hamil dalam meminum tablet fe dapat memiliki peluang yang lebih besar untuk terkena anemia karena zat besi yang dibutuhkan pada saat kehamilan akan meningkat. (Saifuddin, 2015).

Dari pembahasan diatas peneliti dapat berasumsi bahwa ada pengaruh yang sangat signifikan antara pola makan dengan kejadian anemia dan juga kepatuhan konsumsi Tablet Fe dengan kejadian. Dimana ketika pola makan ibu hamil baik dan juga patuh dalam mengkonsumsi Fe maka kondisi kadar hemoglobin ibu hamil tetap terjaga dan tidak terjadi anemia pada ibu hamil tersebut. Hasil penelitian didapatkan bahwa banyak ibu hamil yang mengalami kejadian anemia, hal ini dikarenakan banyak juga ibu hamil yang memiliki pola makan yang tidak baik dan juga kepatuhan dalam mengkonsumsi Tablet Fe, hal ini seharusnya lebih lagi diperhatikan oleh ibu hamil untuk mencegah kejadian Anemia.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil uji statistic yang telah dilakukan menggunakan uji *Regresi logistik* , diketahui bahwa nilai p -value *Pola makan* = 0,006 lebih kecil dari nilai α (0,05). Sehingga dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_1 diterima, yang artinya terdapat pengaruh Pengaruh pola makan terhadap kejadian anemia. Sedangkan nilai p value *kepatuhan konsumsi* = 0,048 lebih kecil dari α (0,05). Sehingga dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_1 diterima yang artinya ada pengaruh kepatuhan mengkonsumsi Fe dengan kejadian Anemia di BPM Rosa siskawati plosoklaten kabupaten Kediri.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini. 2018. Faktor predisposisi ibu hamil dan pengaruhnya terhadap kepatuhan mengkonsumsi tablet besi (Fe) dan anemia pada ibu hamil, *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, vol.7, no.1, May 2018, p:9-22, ISSN:2252-3847. Kediri. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*
- Anik Sulistiyanti, 2015. Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Anemia Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Di Wilayah Kerja Puskesmas Masaran I Sragen, *scholar*, (diakses 1 juli 2020)
- Dina Mariana, 2018. Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas. *scholar* (diakses 1 juli 2020)
- Hani. 2014. Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan Patologis. Jakarta: Salemba Medika
- Kemkes RI. (2015). Pedoman penatalaksanaan pemberian tablet tambah darah. In: KIA DBGd, editor. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI
- Mariana, Wulandari, Padila. 2018. Hubungan pola makan dengan kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas, *Jurnal Keperawatan Silampari*, vol.1, no.2, Juni 2018,3-ISSN: 2581-1975, p-ISSN: 2597-7482. Bengkulu: *Jurnal Keperawatan Silampari*
- Notoadmodjo, S. (2010). Metodologi Penelitian. Jakarta: Rineka Cipta
- Proverawati, Asfuh, T. (2013). Anemia dan Anemia Kehamilan. Yogyakarta: Nuha Medika
- Prawirohardjo, S. 2012. Ilmu Kebidanan. Jakarta: Ghalia Indonesia
- Riskesdas. Riset Kesehatan Dasar (2018) Kementerian Kesehatan RI. Jakarta
- Supratina. 2011. Lengkap Menu Sehat Hamil. Yogyakarta: Garailmu
- Sulistianingsih, Yanti, Oktarina. 2017. Hubungan ketepatan waktu konsumsi tablet besi dengan kejadian anemia pada ibu hamil TM III di wilayah kerja puskesmas Pringsewu Lampung, *Jurnal Ilmu Kesehatan, JIK* vol.11, no,1, Mey 2017: 1098-1108, e-ISSN: 2527-7170. Lampung: *Jurnal Ilmu Kesehatan*
- Sulistiyawati, (2011). Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil. Jakarta: EGC
- Tarwoto. (2013). Anemia pada ibu hamil. Jakarta: Trans Info Medis
- Wiwit Hidayah, 2012. tentang Hubungan Kepatuhan Ibu Hamil Mengkonsumsi Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia Di Desa Pageraji Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas. *jurnal nasional* (diakses tanggal 1 juli 2020)
- Zulaikha, E., Hani, U. (2015). Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Pleret Bantul Tahun 2015. Naskah Publikasi