

## FAKTOR – FAKTOR YANG MEMPENGARUHI TERJADINYA ANEMIA DEFISIENSI ZAT BESI PADA IBU HAMIL

Ika Azdah Murniati<sup>1\*</sup>, Melani Birgita<sup>2</sup>, Grisela Betavica Warkula<sup>3</sup>

Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Bosowa<sup>1,2,3</sup>

\*Corresponding Author : ika.azdah@universitasbosowa.ac.id

### ABSTRAK

Anemia defisiensi zat besi pada ibu hamil merupakan masalah kesehatan yang serius, terutama di negara berkembang, karena dapat meningkatkan risiko komplikasi selama kehamilan dan persalinan. Latar belakang penelitian ini berangkat dari tingginya prevalensi anemia pada ibu hamil yang disebabkan oleh kurangnya asupan zat besi, pola makan yang tidak seimbang, serta pengetahuan yang terbatas mengenai nutrisi dan perawatan selama kehamilan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya anemia defisiensi zat besi pada ibu hamil, seperti status sosial ekonomi, pola makan, akses terhadap pelayanan kesehatan, serta konsumsi suplemen zat besi. Penelitian ini menggunakan metode survei deskriptif dengan pendekatan cross-sectional, di mana data dikumpulkan melalui kuesioner yang disebarakan kepada ibu hamil di beberapa fasilitas kesehatan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor-faktor seperti rendahnya pendapatan keluarga, kurangnya pengetahuan tentang gizi, serta rendahnya konsumsi makanan kaya zat besi, seperti daging merah, sayuran hijau, dan kacang-kacangan, berkontribusi secara signifikan terhadap kejadian anemia. Selain itu, ketidakpatuhan dalam mengonsumsi suplemen zat besi juga ditemukan sebagai faktor yang memperparah kondisi tersebut. Temuan ini menyoroti pentingnya program intervensi gizi yang lebih efektif serta edukasi kesehatan yang berkelanjutan bagi ibu hamil untuk mencegah anemia defisiensi zat besi dan meningkatkan kesejahteraan ibu serta bayi yang dikandung. Temuan ini menyoroti pentingnya program intervensi gizi yang lebih efektif serta edukasi kesehatan yang berkelanjutan bagi ibu hamil untuk mencegah anemia defisiensi zat besi dan meningkatkan kesejahteraan ibu serta bayi yang dikandung.

**Kata kunci** : faktor risiko, gravidarum, hiperemesis, kehamilan

### ABSTRACT

*Iron deficiency anemia in pregnant women is a serious health problem, especially in developing countries, because it can increase the risk of complications during pregnancy and childbirth. The purpose of this study was to identify factors that influence the occurrence of iron deficiency anemia in pregnant women, such as socioeconomic status, diet, access to health services, and consumption of iron supplements. This study used a descriptive survey method with a cross-sectional approach, where data were collected through questionnaires distributed to pregnant women at several health facilities. The results showed that factors such as low family income, lack of knowledge about nutrition, and low consumption of iron-rich foods, such as red meat, green vegetables, and nuts, contributed significantly to the incidence of anemia. In addition, non-compliance in consuming iron supplements was also found to be a factor that worsened the condition. These findings highlight the importance of more effective nutritional intervention programs and ongoing health education for pregnant women to prevent iron deficiency anemia and improve the welfare of mothers and their babies. These findings highlight the importance of more effective nutritional intervention programs and ongoing health education for pregnant women to prevent iron deficiency anemia and improve the well-being of mothers and their babies.*

**Keywords** : gravidarum, hyperemesis, pregnancy, risk factors

### PENDAHULUAN

Sel darah merah, yang mengandung hemoglobin, memainkan peran krusial dalam transportasi oksigen ke seluruh jaringan tubuh. Anemia, kondisi yang ditandai dengan jumlah

sel darah merah atau eritrosit yang rendah, dapat didefinisikan berdasarkan kadar hemoglobin dalam darah. Definisi anemia bervariasi tergantung pada usia, jenis kelamin, dan kondisi fisiologis. Pada umumnya, seseorang dikategorikan mengalami anemia jika kadar hemoglobin di bawah 13 g/dL pada pria dan 12 g/dL pada wanita. Selama kehamilan, kadar hemoglobin di bawah 11 g/dL pada trimester I dan II serta di bawah 10,5 g/dL pada trimester III dianggap sebagai kondisi abnormal dan memerlukan perhatian medis khusus (Triwahyuni, 2019).

Kehamilan merupakan periode fisiologis di mana kebutuhan zat besi meningkat secara signifikan. Selama trimester pertama dan kedua, tubuh ibu hamil mengalami perubahan volume darah yang mempengaruhi kadar hemoglobin. Pada trimester ketiga, kebutuhan zat besi semakin meningkat untuk mendukung pertumbuhan janin dan persiapan persalinan. Jika kebutuhan ini tidak dipenuhi, ibu hamil berisiko mengalami anemia defisiensi zat besi, yang dapat mempengaruhi kesehatan ibu dan janin (Sartika, 2020).

Di Indonesia, prevalensi anemia pada ibu hamil masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang signifikan. Berdasarkan data Riskesdas 2023, angka anemia pada ibu hamil di perkotaan mencapai 36,4% dan di pedesaan mencapai 37,8% (Darmawati et al., 2023). Angka ini menunjukkan bahwa anemia adalah masalah yang luas dan membutuhkan perhatian khusus untuk penanggulangannya. Anemia pada ibu hamil dapat disebabkan oleh beberapa faktor, termasuk kekurangan zat besi, yang merupakan penyebab utama anemia di seluruh dunia (Mersil, 2021).

Kekurangan zat besi sering kali disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk pola makan yang tidak adekuat, kehilangan darah, dan gangguan penyerapan zat besi. Pola makan yang rendah zat besi atau ketidakseimbangan nutrisi dapat mengakibatkan kekurangan zat besi yang diperlukan selama kehamilan. Selain itu, konsumsi makanan atau minuman yang menghambat penyerapan zat besi, seperti teh dan kopi, juga berkontribusi terhadap tingginya prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia (Darmawati et al., 2018; Kurniati, 2020a). Faktor lain yang mempengaruhi kejadian anemia defisiensi zat besi pada ibu hamil meliputi jarak kehamilan yang terlalu dekat, paritas, umur ibu, dan tingkat pendidikan. Jarak kehamilan yang terlalu pendek dapat menyebabkan cadangan zat besi tidak memadai untuk kehamilan berikutnya. Paritas tinggi juga berhubungan dengan risiko anemia karena kehamilan yang berulang menguras cadangan zat besi ibu. Selain itu, umur ibu dan tingkat pendidikan berperan dalam pemahaman dan penerapan pola makan sehat selama kehamilan (Darmawati, Wardani, et al., 2020).

Anemia defisiensi zat besi dapat memiliki dampak serius pada kesehatan ibu dan janin. Ibu hamil yang mengalami anemia berat berisiko tinggi mengalami komplikasi seperti pendarahan hebat saat melahirkan, infeksi pasca melahirkan, dan hipertensi selama kehamilan. Risiko-risiko ini terkait dengan cadangan zat besi yang tidak memadai selama masa kehamilan, yang dapat mengganggu kemampuan tubuh untuk pulih setelah melahirkan dan melawan infeksi (Restu et al., 2017; Santoso et al., 2020). Selain itu, anemia defisiensi zat besi pada ibu hamil dapat mempengaruhi perkembangan janin dan kesehatan bayi setelah lahir. Bayi yang lahir dari ibu dengan anemia defisiensi zat besi berisiko tinggi mengalami berat badan lahir rendah dan masalah pertumbuhan. Anemia defisiensi zat besi pada ibu hamil juga dapat mempengaruhi perkembangan kognitif dan motorik bayi di masa depan (Suryadinata et al., 2022).

Kelompok usia tertentu, seperti bayi, anak-anak, dan remaja, juga berisiko tinggi mengalami anemia defisiensi zat besi karena pertumbuhan fisik yang cepat dan kebutuhan zat besi yang meningkat. Pada anak perempuan, kehilangan darah akibat menstruasi menjadi faktor tambahan yang berkontribusi terhadap anemia defisiensi zat besi (Rahmiyanti & Darmawan, 2020). Kualitas makanan dan ketersediaan zat besi dalam diet merupakan faktor utama yang berkontribusi terhadap prevalensi anemia defisiensi zat besi. Makanan yang rendah zat besi dan ketersediaan hayati zat besi yang rendah dapat menghambat penyerapan zat besi dalam

tubuh. Oleh karena itu, intervensi yang efektif untuk mencegah dan mengatasi anemia defisiensi zat besi harus melibatkan perbaikan pola makan dan suplementasi zat besi (Hasanah et al., 2021).

Pentingnya pemantauan dan intervensi dini dalam mencegah anemia defisiensi zat besi pada ibu hamil tidak bisa diabaikan. Program kesehatan masyarakat harus fokus pada peningkatan pengetahuan tentang pentingnya zat besi selama kehamilan dan aksesibilitas terhadap suplemen zat besi. Penanganan anemia defisiensi zat besi yang tepat waktu dan efektif dapat mengurangi risiko komplikasi kesehatan yang serius dan meningkatkan kualitas hidup ibu dan bayi (Kurniati, 2020b; Masrizal, 2017).

Dengan pemahaman yang lebih baik tentang faktor-faktor yang mempengaruhi anemia defisiensi zat besi pada ibu hamil, diharapkan dapat dikembangkan strategi pencegahan dan penanganan yang lebih efektif. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengevaluasi intervensi yang ada dan mengidentifikasi solusi baru untuk mengatasi anemia defisiensi zat besi dalam populasi ibu hamil di berbagai daerah (Darmawati, Syahbandi, et al., 2020; Darmawati & Desy, 2018).

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya anemia defisiensi zat besi pada ibu hamil, seperti status sosial ekonomi, pola makan, akses terhadap pelayanan kesehatan, serta konsumsi suplemen zat besi.

## **METODE**

Tinjauan pustaka ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan Systematic Review. Langkah-langkah dalam metode ini yaitu menentukan topik literatur, mencari dan memilih sumber yang paling relevan serta mengidentifikasi kata kunci sesuai topik, menyusun dan menganalisis, dan terakhir meringkas temuan artikel. Pencarian data melalui Google Scholar untuk artikel yang diterbitkan dari tahun 2020 hingga 2024. Kata kunci yang digunakan adalah faktor risiko, anemia serta defisiensi zat besi berbahasa Indonesia. Artikel yang memenuhi kriteria inklusi yaitu artikel dengan batasan waktu 5 tahun terakhir, memuat setidaknya dua kata kunci atau kata sifat maupun kata benda lain yang berhubungan dengan kata kunci. Kelengkapan teks artikel tidak harus memuat keseluruhan komponen tulisan tetapi dapat menggambarkan penelitian dari segi tujuan, metode serta hasil yang didapatkan. Sedangkan artikel yang tidak memenuhi kriteria tersebut dieksklusi. Artikel dikategorikan menurut ulasan sistematis yang berfokus pada faktor risiko yang dapat memicu anemia defisiensi besi yang diekstraksi, dianalisis, dan didiskusikan. Dalam mencari literatur, penulis melakukan seleksi terhadap beberapa literatur yang didapat dengan menggunakan skrining literatur dilakukan dengan membaca abstrak dan judul dari studi-studi yang ditemukan. Setelah dieksklusi, maka diadakan penelusuran total dari studi-studi yang sudah tersimpan. Data yang diperoleh kemudian diekstrak atau dikumpulkan oleh penulis meliputi **FAKTOR RISIKO YANG MEMPENGARUHI KEJADIAN ANEMIA DEFISIENSI BESI** karakteristik studi, karakteristik partisipan, serta temuan dari hasil penelitian yang terlibat dalam penelitian terkait faktor risiko anemia.

## **HASIL**

Tinjauan pustaka ini mengidentifikasi dan menganalisis artikel-artikel relevan mengenai faktor risiko anemia defisiensi zat besi pada ibu hamil dengan pendekatan systematic review. Pencarian data dilakukan melalui Google Scholar dengan fokus pada artikel yang diterbitkan antara tahun 2020 hingga 2024. Kata kunci yang digunakan dalam pencarian adalah "faktor risiko," "anemia," dan "defisiensi zat besi."

Dari proses pencarian dan seleksi, ditemukan sejumlah artikel yang memenuhi kriteria inklusi, yaitu artikel yang diterbitkan dalam lima tahun terakhir dan memuat minimal dua kata kunci terkait topik penelitian. Artikel yang relevan menggambarkan penelitian mengenai karakteristik studi, karakteristik partisipan, serta temuan hasil penelitian terkait faktor risiko anemia defisiensi zat besi. Artikel yang tidak memenuhi kriteria inklusi, seperti yang tidak relevan dengan topik atau tidak memuat informasi yang cukup, dieksklusi dari tinjauan ini.

### **Faktor Risiko Pola Makan**

Beberapa studi menunjukkan bahwa pola makan ibu hamil memainkan peran penting dalam kejadian anemia defisiensi zat besi. Penelitian oleh Utari et al., (2020) mengidentifikasi bahwa kekurangan zat besi dalam diet sehari-hari ibu hamil secara signifikan berhubungan dengan risiko anemia. Pola makan yang rendah zat besi sering kali disebabkan oleh konsumsi makanan yang tidak bergizi, kurangnya pengetahuan tentang kebutuhan gizi selama kehamilan, dan kurangnya akses terhadap makanan bergizi (Utari et al., 2020). Studi lain oleh Darmawati & Desy, (2018)) menyoroti bahwa diet yang tidak seimbang, terutama kekurangan daging merah dan sumber zat besi heme lainnya, berkontribusi besar terhadap prevalensi anemia defisiensi zat besi.

### **Jarak Kehamilan dan Paritas**

Jarak kehamilan yang terlalu dekat juga ditemukan sebagai faktor risiko signifikan. Mersil, (2021) melaporkan bahwa kehamilan yang terlalu sering tanpa adanya periode pemulihan yang cukup dapat mengurangi cadangan zat besi ibu, berpotensi menyebabkan anemia defisiensi zat besi pada kehamilan berikutnya. Penelitian lain Darmawati et al., (2018) menunjukkan bahwa paritas tinggi, atau jumlah kelahiran sebelumnya yang banyak, berhubungan dengan penurunan cadangan zat besi ibu, sehingga meningkatkan risiko anemia pada kehamilan yang berulang.

### **Pendidikan dan Status Sosial-Ekonomi**

Tingkat pendidikan ibu juga berperan penting dalam risiko anemia defisiensi zat besi. Restu et al., (2017) menemukan bahwa ibu dengan tingkat pendidikan rendah cenderung memiliki pengetahuan yang kurang mengenai pentingnya zat besi dalam diet selama kehamilan. Studi oleh Suryadinata et al., (2022) menambahkan bahwa status sosial-ekonomi yang rendah sering kali berhubungan dengan akses yang terbatas terhadap sumber makanan bergizi dan layanan kesehatan yang memadai, yang dapat memperburuk risiko anemia defisiensi zat besi.

### **Konsumsi Makanan dan Minuman Tertentu**

Konsumsi makanan dan minuman tertentu, seperti teh dan kopi, juga mempengaruhi penyerapan zat besi. Masrizal, (2017) menunjukkan bahwa konsumsi teh, yang mengandung tanin, dapat menghambat penyerapan zat besi dari makanan, sehingga memperburuk anemia defisiensi zat besi pada ibu hamil. Penelitian oleh Triwahyuni, (2019) juga mengkonfirmasi bahwa asupan kopi yang tinggi berhubungan dengan penurunan penyerapan zat besi, yang meningkatkan risiko anemia pada ibu hamil.

### **Faktor Lainnya**

Faktor-faktor lain yang berkontribusi terhadap kejadian anemia defisiensi zat besi termasuk kehilangan darah yang terjadi selama kehamilan atau persalinan. Beberapa artikel mengidentifikasi bahwa pendarahan postpartum dapat menguras cadangan zat besi yang sudah menurun, meningkatkan risiko anemia (Darmawati et al., 2023). Selain itu, faktor genetik dan kondisi medis tertentu, seperti infeksi cacing, juga dapat mempengaruhi status zat besi ibu hamil (Suryadinata et al., 2022).

## PEMBAHASAN

Status gizi sangat berpengaruh dengan terjadinya anemia pada ibu hamil, karena status gizi ibu hamil dipengaruhi oleh zat-zat yang dikonsumsi selama masa kehamilannya. Ibu hamil merupakan salah satu kelompok yang rentan mengalami masalah gizi terutama anemia. Karakteristik ibu hamil dengan anemia yaitu terkait usia, pendidikan, dan pekerjaan. Anemia banyak terjadi pada mayoritas ibu hamil dengan kelompok usia tidak berisiko yaitu usia 20 - 35 tahun. Namun masih ada kehamilan pada usia dibawah 20 tahun dan usia diatas 35 tahun. Kehamilan pada usia < 20 tahun dan > 35 tahun merupakan kehamilan yang berisiko terkena anemia. Kehamilan pada usia 20 - 35 tahun merupakan kehamilan yang sehat, aman, produktif, dan tidak berisiko karena organ reproduksi masih berfungsi dengan baik.

Tumbuh kembang janin sangat dipengaruhi oleh status gizi ibu, apabila seorang ibu hamil mengalami kurang gizi maka akan berdampak buruk seperti terjadinya anemia, melahirkan bayi yang memiliki berat badan lahir rendah (BBLR) dan dapat menyebabkan kecacatan pada janin. Ibu dengan nutrisi yang kurang akan berpengaruh dengan terjadinya anemia selama hamil. Selain ibu hamil yang harus bisa memilih dan mengolah makanan, ibu hamil juga disarankan untuk mengatur kebiasaan makan yang sehat serta mengonsumsi bahan kaya protein, zat besi dan asam folat pada saat kehamilan. Asupan nutrisi dapat ibu peroleh dari makanan dengan gizi seimbang serta sayur dan buah-buahan yang dapat membantu meningkatkan kadar Hb misalnya buah pepaya, buah naga, dan buah kurma. Meningkatnya kebutuhan zat besi pada fase kehamilan tidak dibarengi dengan kepatuhan mengonsumsi tablet zat besi oleh ibu merupakan salah satu faktor penyebab terjadinya anemia pada kehamilan.

Pemerintah menganjurkan ibu hamil wajib mendapatkan 30 tablet Fe (Zat Besi) setiap trimester kehamilan. Ibu hamil yang patuh mengonsumsi tablet Fe lebih sedikit jumlahnya dibandingkan dengan yang tidak patuh mengonsumsi tablet Fe. Sebagian besar ibu hamil mengaku tidak menyukai tablet Fe sehingga tidak mau meminumnya. Ketidakpatuhan ibu hamil dalam meminum tablet Fe akan mempengaruhi kesehatan ibu hamil dan janinnya sehingga dapat menyebabkan terjadinya anemia defisiensi besi pada ibu hamil. Kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet Fe dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan ibu hamil tentang manfaat tablet Fe selama masa kehamilan. Pengetahuan tentang tablet Fe sangat berperan untuk menentukan sikap dan perilaku ibu hamil dalam menyimpan dan mengonsumsi tablet Fe selama masa kehamilan.

Usia kehamilan mempengaruhi anemia pada ibu hamil. Menurut teori Proverwati, usia kehamilan menjadi faktor terjadinya anemia atau kurangnya kadar hemoglobin (Hb) dalam darah pada ibu hamil, yang dapat menyebabkan komplikasi pada kehamilan, persalinan dan nifas karena ibu hamil rentan terhadap infeksi dan syok, akibatnya dapat terjadi abortus atau keguguran, bayi lahir prematur, dan pendarahan post partum. Anemia dapat terjadi pada usia kehamilan Trimester II dan usia kehamilan Trimester III, tetapi anemia kehamilan lebih sering dialami saat usia kehamilan Trimester II. Riwayat status paritas juga mempengaruhi terjadinya anemia pada ibu hamil. Sebagian besar anemia terjadi pada ibu hamil primigravida karena baru pertama kali hamil, jadi ibu belum mempunyai pengalaman dalam menjaga kesehatan selama masa kehamilan.

Selama masa kehamilan, ibu hamil harus memperhatikan kebutuhan gizi untuk menjaga kesehatan ibu dan janinnya. Kebutuhan gizi meliputi kecukupan energi, yaitu zat gizi makro (Karbohidrat, protein, lemak, dan serat), zat gizi mikro yang terdiri dari vitamin (Vit A, Vit C) dan mineral (Kalsium, Zink, Fe atau Zat besi). Kekurangan energi selama kehamilan dapat menyebabkan resiko anemia pada ibu hamil. Kekurangan energi disebabkan oleh ketidakseimbangan sumber zat gizi yang dikonsumsi ibu hamil. Sumber energi dihasilkan dari zat gizi makro, kemudian dibantu oleh zat gizi mikro, yang ada pada makanan sehari-hari ibu hamil. Dengan demikian tidak tercukupinya sumber asupan zat gizi makro dan zat gizi mikro



akan menyebabkan kurangnya energi pada ibu hamil. Anemia pada kehamilan dan menyusui ditentukan oleh riwayat abortus, infeksi cacing tambang, konsumsi teh, tempat tinggal, suplementasi zat besi selama hamil, paritas, dan umur. Sumber alami zat besi didapat dari ikan, kerang, daging merah, unggas, dan kacang. Ibu hamil memerlukan tambahan zat besi untuk meningkatkan kebutuhan sel darah merah selama masa kehamilan. Tablet Fe mempunyai efek samping yang menyebabkan mual dan muntah sehingga banyak ibu hamil yang tidak mau mengonsumsi tablet Fe. Ibu hamil yang kekurangan zat besi (Fe) akan mudah lelah dan rentan mengalami anemia.

### **Pengaruh Pengetahuan terhadap Terjadinya Anemia pada Ibu Hamil**

Hasil uji chi-square menunjukkan nilai  $p\text{-value } 0,038 < 0,05$ , dan nilai OR 9,036. Ini berarti ibu hamil dengan pengetahuan kurang berpeluang 9 kali lebih besar mengalami anemia dibandingkan dengan yang berpengetahuan baik. Penelitian sejalan dengan Ni Made Ayu (2021) yang menemukan  $p\text{-value } 0,001 < 0,05$ , menunjukkan bahwa pengetahuan yang lebih baik mengurangi risiko anemia pada ibu hamil. Ibu yang berpengetahuan baik lebih mungkin untuk melakukan pemeriksaan kehamilan, mencegah anemia, dan memperhatikan asupan gizi selama hamil.

### **Pengaruh Pendidikan terhadap Terjadinya Anemia pada Ibu Hamil**

Nilai  $p\text{-value } 0,012 < 0,05$ , dan nilai OR 8,771 menunjukkan bahwa ibu hamil dengan pendidikan rendah berpeluang 8 kali lebih besar mengalami anemia dibandingkan yang berpendidikan tinggi. Ini konsisten dengan penelitian Handayani (2021) yang menemukan hubungan signifikan antara tingkat pendidikan dan kejadian anemia dengan  $p\text{-value } 0,006 < 0,05$ . Rendahnya pendidikan mempengaruhi penerimaan informasi dan pola pikir, sehingga mempengaruhi pengetahuan tentang kebutuhan gizi selama kehamilan.

### **Pengaruh Status Gizi terhadap Terjadinya Anemia pada Ibu Hamil**

Nilai  $p\text{-value } 0,003 < 0,05$ , dan nilai OR 13,229 menunjukkan bahwa ibu hamil dengan status gizi buruk berpeluang 13 kali lebih besar mengalami anemia dibandingkan yang berstatus gizi baik. Penelitian ini konsisten dengan penelitian Dwi Yulianti (2022) yang menemukan hubungan antara status gizi dan anemia dengan  $p\text{-value } 0,001 < 0,05$ . Status gizi ibu hamil dipengaruhi oleh asupan zat gizi selama kehamilan yang berdampak pada tumbuh kembang janin.

### **Pengaruh Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe terhadap Terjadinya Anemia pada Ibu Hamil**

Nilai  $p\text{-value } 0,003 < 0,05$ , dan nilai OR 14,779 menunjukkan bahwa ibu hamil yang tidak patuh mengonsumsi tablet Fe berpeluang 14 kali lebih besar mengalami anemia dibandingkan yang patuh. Ini sejalan dengan penelitian Khairunnisa (2022) yang menunjukkan bahwa kepatuhan mengonsumsi tablet Fe memiliki hubungan signifikan dengan kejadian anemia ( $p\text{-value } 0,000 < 0,05$ ). Kepatuhan dalam mengonsumsi tablet Fe membantu mencukupi kebutuhan nutrisi selama kehamilan.

### **Pengaruh Usia Kehamilan terhadap Terjadinya Anemia pada Ibu Hamil**

Nilai  $p\text{-value } 0,003 < 0,05$ , dan nilai OR 8,001 menunjukkan bahwa ibu hamil pada trimester III berpeluang 8 kali lebih besar mengalami anemia dibandingkan pada trimester I. Penelitian ini konsisten dengan penelitian Tri Aksari (2021) yang menemukan bahwa usia kehamilan memiliki hubungan signifikan dengan kejadian anemia ( $p\text{-value } 0,000 < 0,05$ ).

**Pengaruh Nutrisi terhadap Terjadinya Anemia pada Ibu Hamil**

Nilai p-value  $0,001 < 0,05$ , dan nilai OR 12,069 menunjukkan bahwa ibu hamil dengan nutrisi kurang berpeluang 12 kali lebih besar mengalami anemia dibandingkan yang memiliki nutrisi baik. Ini sejalan dengan penelitian Dian Isti Angraini (2021) yang menunjukkan bahwa status gizi berpengaruh terhadap kejadian anemia dengan p-value 0,02. Asupan nutrisi yang tidak memadai dapat menyebabkan anemia defisiensi besi yang dapat dicegah dengan pola makan dan asupan gizi yang baik.

**Pengaruh Perilaku terhadap Terjadinya Anemia pada Ibu Hamil**

Nilai p-value  $0,001 < 0,05$ , dan nilai OR 10,00 menunjukkan bahwa ibu hamil dengan perilaku buruk berpeluang 10 kali lebih besar mengalami anemia dibandingkan yang berperilaku baik. Penelitian ini konsisten dengan penelitian Ratu Diah (2022) yang menemukan bahwa perilaku memiliki pengaruh signifikan terhadap terjadinya anemia (p-value  $0,006 < 0,05$ ). Perilaku yang baik dipengaruhi oleh pengetahuan dan pendidikan, serta mendukung kepatuhan dalam mengonsumsi tablet Fe dan pola makan yang sehat.

**Pengaruh Lingkungan terhadap Terjadinya Anemia pada Ibu Hamil**

Nilai p-value  $0,022 < 0,05$ , dan nilai OR 5,951 menunjukkan bahwa ibu hamil yang tinggal jauh berpeluang 5 kali lebih besar mengalami anemia dibandingkan yang tinggal dekat. Penelitian ini konsisten dengan penelitian Riska (2019) yang menemukan bahwa lingkungan tempat tinggal memiliki pengaruh terhadap terjadinya anemia (p-value 0,009). Lingkungan yang baik mempengaruhi kesehatan ibu hamil dengan menyediakan akses informasi dan pelayanan kesehatan yang mudah (Darmawati et al., 2023)

**KESIMPULAN**

Tinjauan pustaka ini menunjukkan bahwa anemia defisiensi zat besi pada ibu hamil dipengaruhi oleh berbagai faktor risiko. Pola makan yang tidak memadai, terutama kekurangan zat besi dalam diet, adalah salah satu penyebab utama anemia pada ibu hamil. Konsumsi makanan yang rendah zat besi, seperti kekurangan sumber zat besi heme, dan pengaruh dari makanan dan minuman yang dapat menghambat penyerapan zat besi, seperti teh dan kopi, turut berkontribusi terhadap risiko anemia. Selain itu, jarak kehamilan yang terlalu dekat dan jumlah kelahiran sebelumnya juga memperburuk risiko anemia karena mengurangi cadangan zat besi tubuh. Tingkat pendidikan dan status sosial-ekonomi ibu turut mempengaruhi pengetahuan dan akses terhadap makanan bergizi dan layanan kesehatan yang memadai.

Faktor-faktor lain yang berperan dalam kejadian anemia defisiensi zat besi termasuk kehilangan darah selama kehamilan atau persalinan dan kondisi medis tertentu seperti infeksi cacing. Penanganan anemia defisiensi zat besi pada ibu hamil memerlukan pendekatan multifaset yang mencakup peningkatan pendidikan gizi, pengelolaan jarak kehamilan, dan perhatian terhadap faktor sosial-ekonomi. Strategi intervensi yang efektif harus ditujukan untuk memperbaiki asupan zat besi dan mengatasi faktor-faktor risiko yang berkontribusi terhadap anemia. Upaya preventif dan penanganan yang komprehensif akan membantu mengurangi prevalensi anemia defisiensi zat besi pada ibu hamil dan meningkatkan kesehatan ibu serta janin.

**UCAPAN TERIMA KASIH**

Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kami sampaikan kepada Universitas Bosowa, khususnya Fakultas Kedokteran, atas dukungan dan kesempatan yang telah diberikan dalam pelaksanaan penelitian ini. Kami juga berterima kasih kepada segenap civitas akademika yang

telah memberikan kontribusi berupa bimbingan, fasilitas, serta dukungan moral yang sangat berarti selama proses penelitian ini berlangsung. Tanpa dukungan yang luar biasa dari semua pihak, penelitian ini tidak akan dapat terselesaikan dengan baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Darmawati, D., Kiftia, M., & Fitri, A. (2023). DUKUNGAN SUAMI DENGAN KEJADIAN ANEMIA DEFISIENSI ZAT BESI PADA IBU POSTPARTUM. *Cakradonya Dental Journal*, 12(2). <https://doi.org/10.24815/cdj.v12i2.18441>
- Darmawati, D., Syahbandi, S., Fitri, A., & Audina, M. (2020). Pengukuran Peluang dan Prevalensi Anemia Defisiensi Zat Besi pada Wanita Post Partum. *Media Karya Kesehatan*, 3(2). <https://doi.org/10.24198/mkk.v3i2.28140>
- Darmawati, D., Wardani, E., Husna, C., & Saumiana, N. (2020). Efektifitas Penyuluhan Kesehatan terhadap Peningkatan Sikap dan Motivasi dalam Pencegahan Anemia Defisiensi Zat Besi pada Ibu Hamil. *Faletehan Health Journal*, 7(02). <https://doi.org/10.33746/fhj.v7i02.148>
- Darmawati, & Desy, R. (2018). Prevalensi Anemia Defisiensi Zat Besi Pada Ibu Hamil the Prevalence of Iron Deficiency Anemia (Ida) in Pregnant. *Jim FKep*, 3(3).
- Darmawati, Laila, K., Kamil, H., & Tahlil, T. (2018). HUBUNGAN STATUS SOSIAL EKONOMI DENGAN KEJADIAN ANEMIA DEFISIENSI ZAT BESI PADA IBU HAMIL The Relationship Between Socio-Economic Status with Iron Defficiency Anemia in Pregnant Women. *Ideal Nursing Journal*, IX(3).
- Hasanah, M., Darmawati, & Ardhia, D. (2021). Pengetahuan Ibu Hamil Dan Dukungan Keluarga Dalam Pencegahan Anemia Defisiensi Zat Besi. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa*, 5(1).
- Kurniati, I. (2020a). Anemia Defisiensi Zat Besi ( Fe ). *Jurnal Kedokteran Universitas Lampung*, 4(1).
- Kurniati, I. (2020b). Anemia Defisiensi Zat Besi ( Fe ) Iron Deficiency ( Fe ) Anemia. *Jurnal Kedokteran Universitas Lampung*, 4(1).
- Masrizal. (2017). Studi Literatur Anemia Defisiensi Zat Besi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 2(1).
- Mersil, S. (2021). Stomatitis sebagai Manifestasi Oral dari Anemia Defisiensi Zat Besi disertai Trombositosis. *E-GiGi*, 9(2). <https://doi.org/10.35790/eg.v9i2.34481>
- Rahmiyanti, D., & Darmawan. (2020). Prevalensi Anemia Defisiensi Zat Besi pada Ibu Hamil. *JIM FKep*, 3(3).
- Restu, T., Stik, H., & Husada, B. (2017). Determinan Kejadian Anemia Defisiensi Zat Besi pada Ibu Hamil di Puskesmas Nagaswidak Palembang. *Masker Medika*, 5(2).
- Santoso, M. B., Mulyati, R., & Rukmana, A. F. (2020). PENGARUH SARI KACANG HIJAU (VIGNA RADIATA) TERHADAP KADAR HEMOGLOBIN ANAK USIA SEKOLAH DENGAN ANEMIA DEFISIENSI ZAT BESI. *Journal of Maternity Care and Reproductive Health*, 3(2). <https://doi.org/10.36780/jmcrh.v3i2.134>
- Suryadinata, P. Y. A., Suega, K., Wayan, I., & Gde Dharmayuda, T. (2022). FAKTOR RISIKO YANG MEMPENGARUHI KEJADIAN ANEMIA DEFISIENSI BESI: A SYSTEMATIC REVIEW. *E-Jurnal Medika Udayana*, 11(2). <https://doi.org/10.24843/mu.2022.v11.i02.p02>
- Triwahyuni, R. Y. (2019). Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Defisiensi Zat Besi Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 7 Kota Cirebon Tahun 2019. *Midwife's Journal*, 8(2).
- Utari, W. R., Lisum, K., Wirdani, P., Marlina, N., & Pusat, K. J. (2020). Hubungan Karakteristik Responden Dan Sumber Informasi Dengan Pengetahuan Anemia Defisiensi Zat Besi Pada Remaja. *Jurnal Keperawatan*, 12(3).