



HUBUNGAN PEMAHAMAN CALON PENGANTIN TENTANG TABLET TAMBAH DARAH DENGAN PELAKSANAAN PERSIAPAN KEHAMILAN SEHAT

Putri Syahra¹, Feva Tridiyawati²

^{1,2}Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara

putrisyahra3@gmail.com

Abstrak

WHO mengungkapkan di seluruh dunia, angka anemia pada wanita hamil mencapai 35,5%. Di Asia, prevalensinya sebesar 48,2%, Afrika 57,1%, Amerika 24,1%, dan Eropa 25,1%, sedangkan di Indonesia mencapai 27,7%. Anemia pada ibu hamil masih menjadi salah satu masalah kesehatan yang berdampak pada peningkatan risiko bayi berat lahir rendah, prematuritas, dan komplikasi kehamilan. Upaya pencegahan anemia dapat dimulai sejak masa prakonsepsi dengan mengonsumsi tablet tambah darah. Pemahaman calon pengantin tentang TTD berperan penting dalam menentukan keberhasilan pelaksanaan persiapan kehamilan sehat. **Tujuan penelitian** mengetahui hubungan pemahaman calon pengantin tentang tablet tambah darah dengan pelaksanaan persiapan kehamilan sehat. Metode penelitian analitik dengan rancangan *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini adalah semua wanita calon pengantin yang mendapat imunisasi dan pemeriksaan kesehatan di Puskesmas Seroja pada bulan Juli 2025, sebanyak 45 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling*. Hasil penelitian mayoritas catin melaksanakan persiapan kehamilan sehat dengan baik (93,3%) dan memiliki pemahaman baik tentang tablet tambah darah (TTD) (48,9%). Ada hubungan yang signifikan antara pemahaman calon pengantin tentang tablet tambah darah dengan pelaksanaan persiapan kehamilan sehat di Puskesmas Seroja (*p value* 0,015). Kesimpulan dan saran ada hubungan yang signifikan antara pemahaman calon pengantin tentang tablet tambah darah dengan pelaksanaan persiapan kehamilan sehat. Diharapkan tenaga kesehatan lebih meningkatkan edukasi pranikah dan prakonsepsi yang menekankan pentingnya konsumsi tablet Fe untuk mempersiapkan kehamilan sehat dengan optimal.

Kata Kunci: Calon Pengantin, Tablet Tambah Darah, Kehamilan Sehat

Abstract

The WHO reports that worldwide, the prevalence of anemia in pregnant women reaches 35.5%. In Asia, the prevalence is 48.2%, Africa 57.1%, America 24.1%, and Europe 25.1%, while in Indonesia it reaches 27.7%. Anemia in pregnant women remains a health problem that increases the risk of low birth weight, prematurity, and pregnancy complications. Anemia prevention efforts can begin pre-conception by taking iron supplements. Prospective brides and grooms' understanding of iron supplements plays a crucial role in determining the success of preparing for a healthy pregnancy. Research objective to determine the relationship between prospective brides' understanding of iron supplements and their implementation of healthy pregnancy preparation. Research method analytical with a cross-sectional design. The sample in this study was all 45 prospective brides who received immunizations and health checks at the Seroja Community Health Center in July 2025. The sampling technique used was total sampling. Research results the majority of prospective brides and grooms (93.3%) implemented healthy pregnancy preparation well and had a good understanding of iron supplements (48.9%). There was a significant relationship between prospective brides' understanding of iron supplements and their implementation of healthy pregnancy preparation at the Seroja Community Health Center (*p-value* 0.015). Conclusions and recommendations there is a significant relationship between prospective brides' understanding of iron supplements and their implementation of healthy pregnancy preparation. It is recommended that health workers improve premarital and preconception education, emphasizing the importance of consuming iron tablets to optimally prepare for a healthy pregnancy.

Keywords : Bride and Groom, Iron Supplements, Healthy Pregnancy

@Jurnal Ners Prodi Sarjana Keperawatan & Profesi Ners FIK UP 2025

* Corresponding author :

Address : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara

Email : putrisyahra3@gmail.com

PENDAHULUAN

Masalah gizi di Indonesia terutama berkaitan dengan kondisi gizi pada perempuan yang memengaruhi fase kehidupan selanjutnya. Kondisi gizi yang baik pada wanita sangat penting untuk mendukung gizi pranikah, yang dikenal juga dengan masa kehamilan, guna mempersiapkan proses kehamilan (Mahmudah, 2022). Wanita Usia Subur (WUS) adalah istilah untuk wanita yang berumur antara 15 hingga 49 tahun tanpa mempertimbangkan status pernikahan, sementara rentang usia yang dianggap ideal untuk menikah bagi wanita adalah antara 20 hingga 25 tahun. Perempuan memegang peranan yang krusial dalam menentukan kualitas sumber daya manusia, mengingat mereka terlibat dalam proses kehamilan serta melahirkan. Wanita usia subur yang berada pada masa pranikah atau pra-konsepsi merupakan calon ibu atau kelompok rawan yang memerlukan perhatian lebih. Namun, prevalensi masalah gizi di kalangan perempuan di Indonesia masih tergolong tinggi. Jenis masalah gizi yang biasa terjadi adalah kekurangan energi kronis (kek) dan anemia gizi (Dieny, 2020).

Kepentingan untuk memastikan kecukupan gizi bagi pasangan yang akan menikah sangatlah signifikan karena nutrisi yang baik mendukung fungsi optimal alat reproduksi, seperti kelancaran dalam pematangan sel telur, produksi sel telur berkualitas baik, dan proses pembuahan yang sempurna. Anemia diartikan sebagai kadar hemoglobin yang rendah dalam aliran darah. Hemoglobin adalah sejenis protein yang bertugas mengangkut oksigen ke seluruh jaringan tubuh. Ketika seseorang kekurangan sel darah merah atau kadar hemoglobin dalam darah menurun, maka tubuh tidak dapat memperoleh oksigen yang diperlukan, mengakibatkan individu tersebut merasakan kelelahan atau mengalami gejala lainnya (Candrawati, 2023).

Menurut WHO mengungkapkan bahwa di seluruh dunia, angka anemia pada wanita hamil mencapai 35,5%. Di Asia, prevalensi anemia pada ibu hamil diperkirakan sebesar 48,2%, di Afrika 57,1%, di Amerika 24,1%, dan di Eropa 25,1%. Di negara-negara yang sedang berkembang, sekitar 40% kematian ibu berhubungan dengan anemia pada kehamilan (WHO, 2025).

Data dari Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 yang diterbitkan pada 2024 mengungkapkan bahwa tingkat anemia di antara perempuan hamil di seluruh Indonesia mencapai 27,7%. Jika dilihat

dari kelompok umur prevalensi anemia tertinggi pada ibu hamil terjadi pada kelompok usia 35-44 tahun dengan angka 39,6%, diikuti oleh kelompok usia 25-34 tahun yang mencapai 31,4%, untuk usia 15-24 tahun, angkanya adalah 14,6%, dan untuk usia 45-54 tahun sebesar 2,4% (Kemenkes RI, 2024).

Kadar hemoglobin seseorang dapat dipengaruhi oleh sejumlah faktor yang tidak bisa diubah, seperti usia, jenis kelamin, dan cara tubuh memproses besi. Sementara itu, hal-hal yang bisa diatur mencakup kecukupan zat besi dalam tubuh, adanya penyakit sistemik, pola makan, aktivitas fisik, lokasi tempat tinggal, dan keberadaan penyakit kronis. Tingginya prevalensi anemia pada wanita dalam masa reproduksi, terutama di kalangan calon pengantin, biasanya disebabkan oleh kurangnya pemahaman mengenai anemia, defisiensi zat besi, asam folat, vitamin B12, dan vitamin A (Candrawati, 2023).

Pemahaman merupakan kemampuan untuk mengerti, menafsirkan, dan mengaplikasikan informasi atau konsep yang penting untuk perilaku kesehatan khususnya dalam pencegahan anemia dengan konsumsi tablet Fe. Jika seorang wanita yang sedang hamil memahami lebih dalam mengenai kemungkinan risiko tinggi pada kehamilan yang akan datang, besar kemungkinan dia akan mencari cara untuk mencegah, menghindari, atau mengatasi masalah-masalah yang dapat timbul akibat risiko tersebut, serta menunjukkan kesadaran untuk melakukan pemeriksaan kesehatan. Salah satu metode untuk meningkatkan pemahaman bagi wanita yang akan hamil atau calon orang tua adalah dengan mengikuti sesi konseling dan pemeriksaan sebelum konsepsi. Ketika calon pengantin memiliki pengetahuan yang memadai tentang tanda-tanda bahaya anemia, maka kemungkinan besar dia akan terhindar dari anemia selama masa kehamilan (Elsa Zanuarisma, 2022).

Pemahaman tentang pentingnya tablet zat besi (Fe) bagi calon pengantin sangat krusial. Tablet Fe membantu mencegah anemia defisiensi zat besi, kondisi yang bisa membahayakan ibu hamil dan janin. Anemia pada ibu hamil dapat meningkatkan risiko kelahiran prematur, berat badan lahir rendah pada bayi, dan bahkan kematian ibu. Calon pengantin yang akan hamil disarankan untuk mengonsumsi tablet Fe untuk memastikan cadangan zat besi dalam tubuh cukup. Hal ini penting karena selama kehamilan, kebutuhan zat besi meningkat pesat untuk

mendukung pertumbuhan janin dan perubahan fisiologis pada tubuh ibu. Edukasi tentang manfaat tablet Fe dan dampaknya pada kehamilan perlu diberikan kepada calon pengantin. Dengan pemahaman yang baik, mereka akan lebih termotivasi untuk mengonsumsi tablet Fe secara teratur dan menjaga kesehatan reproduksi.

Dari hasil survei awal yang telah dilakukan di Puskermas Seroja melalui wawancara terhadap 10 orang calon pengantin terdapat 4 orang calon pengantin (40%) menyatakan paham tentang tablet Fe, dan 6 orang calon pengantin (60%) mengatakan kurang paham tentang tablet Fe. Berdasarkan latar belakang yang telah dijabarkan diatas, peneliti mempunyai ketertarikan untuk melakukan penelitian yang berjudul "Hubungan pemahaman calon pengantin tentang tablet tambah darah dengan pelaksanaan persiapan kehamilan sehat di Puskesmas Seroja Tahun 2025".

TINJAUAN PUSTAKA

Pemahaman merupakan suatu perasaan yang muncul setelah kita menterjemahkan sesuatu ke dalam makna atau proses berpikir yang memungkinkan kita untuk mengenal kenyataan melalui interaksi dengan indra kita. Pemahaman menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) merupakan suatu proses, metode, atau aktivitas yang berkaitan dengan memahami atau menjelaskan. Banyak ahli telah memberikan berbagai definisi mengenai konsep pemahaman. Benjamin S. Bloom menyatakan bahwa pemahaman adalah kemampuan individu untuk mengerti atau menangkap sesuatu setelah hal tersebut diketahui dan diingat. Dengan kata lain, memahami adalah mengetahui tentang suatu hal dan dapat melihatnya dari berbagai perspektif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pelaksanaan Persiapan Kehamilan Sehat di Puskesmas Seroja Tahun 2025

No	Pelaksanaan Persiapan Kehamilan Sehat	Frekuensi	%
1.	Dilaksanakan	42	93.3
2.	Tidak dilaksanakan	3	6.7
Jumlah		45	100.0

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa dari 45 responden sebagian besar melaksanakan persiapan kehamilan sehat

Seseorang dianggap memahami sesuatu jika ia mampu memberikan penjelasan atau menyajikan informasi yang lebih mendetail tentang hal itu dengan kata-katanya sendiri (Seli, 2020).

Zat besi adalah mineral alami yang bisa ditemukan dalam makanan dan juga tersedia dalam bentuk suplemen. Fungsi zat besi bagi tubuh meliputi peran penting dalam mencegah anemia. Kebutuhan akan zat besi meningkat setelah pertengahan masa kehamilan, sehingga untuk memenuhi kebutuhan tersebut, suplemen zat besi sangat diperlukan. Tanpa pemberian suplemen, kadar Hb dan Hematokrit (Ht) dapat menurun secara signifikan seiring dengan meningkatnya volume darah (Yusuf et al. 2022).

Masa persiapan untuk hamil bisa dihubungkan dengan periode sebelum pernikahan, karena setelah menikah, seorang wanita akan segera melakoni proses untuk menciptakan kehidupan baru. Istilah "pra" menunjukkan keadaan sebelum, sedangkan "konsepsi" merujuk pada pertemuan antara sel telur dan sel sperma, yang lebih dikenal sebagai pembuahan. Oleh karena itu, persiapan untuk hamil adalah masa yang terjadi sebelum seorang wanita hamil atau sebelum sel spermatozoa dan sel ovum berinteraksi (Dieny & Rahadiyanti, 2019).

METODE

Metode penelitian Analitik dengan rancangan *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini adalah semua wanita calon pengantin yang mendapat imunisasi dan pemeriksaan kesehatan di Puskesmas Seroja pada bulan Juli 2025, sebanyak 45 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling*. Metode analisis yang digunakan adalah analisis univariat dan bivariat dengan *uji Chi Square*.

sebanyak 42 orang (93,3%), dan yang tidak melaksanakan persiapan kehamilan sehat sebanyak 3 orang (6,7%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pemahaman Calon Pengantin Tentang Tablet Tambah Darah di Puskesmas Seroja Tahun 2025

No	Pemahaman Catin Tentang Tablet Fe	Frekuensi	%
1.	Baik	22	48,9
2.	Cukup	17	37,8
3.	Kurang	6	13,3
	Jumlah	45	100,0

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa dari 45 responden sebagian besar dengan pemahaman baik sebanyak 22 orang (48,9%),

responden dengan pemahaman sedang sebanyak 17 orang (37,8%), dan responden dengan pemahaman kurang sebanyak 6 orang (13,3%).

Tabel 3. Hubungan Pemahaman Calon Pengantin Tentang Tablet Tambah Darah Dengan Pelaksanaan Persiapan Kehamilan Sehat di Puskesmas Seroja Tahun 2025

Pemahaman Catin Tentang Tablet Fe	Pelaksanaan Persiapan Kehamilan				Total	P. Value	
	Sehat		Tidak Dilaksanakan				
	F	%	F	%	F	%	
Baik	22	100,0	0	0,0	22	100,0	
Cukup	16	94,1	1	5,9	17	100,0	0,015
Kurang	4	66,7	2	33,3	6	100,0	
Total	42	93,3	3	6,7	45	100,0	

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa dari 22 responden dengan pemahaman tentang tablet Fe baik semuanya melaksanakan persiapan kehamilan sehat sebanyak 22 orang (100,0%), dari 17 responden dengan pemahaman tablet Fe cukup sebagian besar melaksanakan persiapan kehamilan sehat sebanyak 16 orang (94,1%), dan dari 6 responden dengan pemahaman tentang tablet Fe kurang sebagian besar melaksanakan persiapan kehamilan sehat sebanyak 4 orang (66,7%). Hasil cross tabulasi antara variabel pemahaman catin tentang tablet Fe dengan pelaksanaan persiapan kehamilan sehat menunjukkan hasil uji statistik *Chi-Square* diperoleh nilai $P = 0,015$ (P .Value < 0,05) yang berarti ada hubungan yang signifikan antara pemahaman calon pengantin tentang tablet tambah darah dengan pelaksanaan persiapan kehamilan sehat di Puskesmas Seroja.

menikah dalam mempersiapkan kehamilan sebelum fase prakonsepsi, baik dari segi fisik maupun mental. Faktor-faktor yang mempengaruhi persiapan kehamilan prakonsepsi meliputi individu yang bersangkutan, pembuat kebijakan, serta akses terhadap layanan yang ada (Zakaria et al., 2022).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden telah melaksanakan persiapan kehamilan sehat. Kondisi ini mengindikasikan adanya peningkatan kesadaran calon ibu maupun pasangan usia subur terhadap pentingnya perencanaan prakonsepsi. Hal ini sejalan dengan teori Notoatmodjo (2020) yang menyatakan bahwa perilaku kesehatan seseorang dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan yang dimilikinya. Responden yang memiliki pengetahuan baik tentang kehamilan cenderung lebih siap dalam mempersiapkan kondisi fisik maupun mental sebelum memasuki masa kehamilan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Erika Varahika Isnatingsih (2023) yang mengatakan sebagian besar responden dengan persiapan kehamilan sehat baik sebanyak 78,1%. Hasil penelitian ini juga didukung oleh hasil penelitian Nina Sefia Sari (2023) yang mengatakan bahwa persiapan kehamilan cukup baik sebanyak 70,2%.

Pembahasan

Distribusi Frekuensi Pelaksanaan Persiapan Kehamilan Sehat

Hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa dari 45 responden sebagian besar melaksanakan persiapan kehamilan sehat sebanyak 42 orang (93,3%), dan yang tidak melaksanakan persiapan kehamilan sehat sebanyak 3 orang (6,7%).

Persiapan untuk kehamilan yang sehat ditentukan oleh tingkah laku wanita yang akan

Peneliti berpendapat dari hasil penelitian didapatkan mayoritas responden melaksanakan persiapan kehamilan sehat, hal ini dikarenakan pelaksanaan persiapan kehamilan sehat oleh sebagian besar responden dapat pula dipengaruhi oleh faktor akses informasi dan edukasi kesehatan. Berdasarkan hasil wawancara, responden mengaku memperoleh informasi dari tenaga kesehatan, media sosial, serta program penyuluhan di puskesmas. Selain itu, faktor dukungan pasangan juga berperan penting dalam pelaksanaan persiapan kehamilan sehat. Responden yang mendapat dukungan emosional dan motivasi dari pasangan lebih konsisten dalam melakukan pemeriksaan kesehatan, menjaga pola makan, serta mengonsumsi suplemen asam folat. Meskipun sebagian besar responden sudah melaksanakan persiapan kehamilan sehat, masih terdapat sebagian kecil yang belum optimal dalam pelaksanaannya. Hal ini dapat disebabkan oleh keterbatasan akses terhadap fasilitas kesehatan, tingkat pendidikan yang rendah, serta faktor budaya yang masih menganggap persiapan prakonsepsi bukan hal yang penting. Kondisi ini menunjukkan perlunya peran aktif tenaga kesehatan dalam memberikan konseling prakonsepsi secara menyeluruh dan berkelanjutan agar seluruh calon orang tua dapat melakukan persiapan kehamilan sehat secara optimal.

Distribusi Frekuensi Pemahaman Catin Tentang Tablet Tambah Darah

Dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa dari 45 responden sebagian besar dengan pemahaman baik sebanyak 22 orang (48,9%), responden dengan pemahaman sedang sebanyak 17 orang (37,8%), dan responden dengan pemahaman kurang sebanyak 6 orang (13,3%).

Pemahaman merupakan suatu keadaan yang muncul setelah menginterpretasikan menjadi makna tertentu atau aktivitas mental yang berfungsi untuk mengenali kebenaran melalui interaksi dengan indra. Pemahaman, berdasarkan Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), adalah suatu proses, metode, atau tindakan yang berkaitan dengan memahami atau menjelaskan. Berbagai penjelasan mengenai pemahaman telah dirumuskan oleh para pakar. Menurut Benjamin S. Bloom, pengertian adalah kapasitas individu untuk mengenali atau memahami hal setelah informasi tersebut diperoleh dan diingat. Dengan kata lain, memahami berarti memiliki pengetahuan tentang suatu objek dan mampu

melihatnya dari berbagai perspektif. Seseorang dianggap memahami sesuatu jika ia dapat memberikan klarifikasi atau menjelaskan lebih mendalam mengenai hal itu dengan menggunakan bahasanya sendiri (Seli, 2020).

Penelitian mengindikasikan bahwa mayoritas pasangan yang akan menikah memiliki pengetahuan yang baik tentang tablet tambahan zat besi. Temuan ini mengindikasikan bahwa program edukasi dan sosialisasi terkait anemia serta pentingnya konsumsi TTD sebelum kehamilan sudah cukup efektif. Menurut Notoatmodjo (2022), pengetahuan merupakan salah satu faktor dominan yang memengaruhi terbentuknya perilaku kesehatan. Dengan demikian, pemahaman yang baik diharapkan akan berdampak positif pada kepatuhan konsumsi TTD sehingga mampu menurunkan risiko anemia pada ibu hamil.

Pemahaman yang baik pada sebagian besar responden juga tidak terlepas dari berbagai sumber informasi yang diperoleh, baik dari tenaga kesehatan, penyuluhan pranikah, maupun media massa dan media sosial. Hasil penelitian ini sejalan dengan studi Fitriani (2022) yang menemukan bahwa pemberian penyuluhan gizi dan kesehatan reproduksi secara signifikan meningkatkan pengetahuan calon pengantin mengenai pentingnya TTD untuk mencegah anemia prakonsepsi. Pengetahuan ini penting mengingat anemia pada ibu hamil berhubungan langsung dengan risiko bayi berat lahir rendah (BBLR), prematuritas, serta komplikasi kehamilan lainnya.

Selain faktor pengetahuan, dukungan dari tenaga kesehatan juga berperan dalam meningkatkan pemahaman responden. Sebagian besar calon pengantin yang mengikuti konseling prakonsepsi di puskesmas atau klinik menyatakan lebih mengerti tentang manfaat, dosis, serta waktu yang tepat untuk mengonsumsi TTD. Hal ini sejalan dengan penelitian Lestari (2023) yang menyebutkan bahwa adanya konseling gizi secara rutin dapat meningkatkan pemahaman sekaligus kepatuhan konsumsi TTD pada calon pengantin perempuan.

Namun demikian, meskipun mayoritas responden memiliki pemahaman baik, masih terdapat sebagian kecil responden yang belum memahami secara optimal terkait aturan minum, efek samping, atau konsekuensi apabila tidak mengonsumsi TTD. Hal ini dapat disebabkan oleh keterbatasan informasi yang diterima maupun

rendahnya keterlibatan responden dalam kegiatan penyuluhan. Oleh karena itu, diperlukan upaya lebih lanjut melalui peningkatan intensitas edukasi prakonsepsi dan pendekatan personal oleh tenaga kesehatan agar seluruh calon pengantin memiliki pemahaman yang merata dan menyeluruh.

Hubungan Pemahaman Calon Pengantin Tentang Tablet Tambah Darah Dengan Pelaksanaan Persiapan Kehamilan Sehat

Dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa dari 22 responden dengan pemahaman tentang tablet Fe baik semuanya melaksanakan persiapan kehamilan sehat sebanyak 22 orang (100,0%), dari 17 responden dengan pemahaman tablet Fe cukup sebagian besar melaksanakan persiapan kehamilan sehat sebanyak 16 orang (94,1%), dan dari 6 responden dengan pemahaman tentang tablet Fe kurang sebagian besar melaksanakan persiapan kehamilan sehat sebanyak 4 orang (66,7%). Hasil cross tabulasi antara variabel pemahaman catin tentang tablet Fe dengan pelaksanaan persiapan kehamilan sehat menunjukkan hasil uji statistik *Chi-Square* diperoleh nilai $P = 0,015$ ($P.Value < 0,05$) yang berarti ada hubungan yang signifikan antara pemahaman calon pengantin tentang tablet tambah darah dengan pelaksanaan persiapan kehamilan sehat di Puskesmas Seroja.

Temuan dari studi ini mengungkapkan adanya keterkaitan antara pengetahuan calon pengantin mengenai tablet tambah darah (TTD) dengan implementasi persiapan untuk kehamilan yang sehat. Mayoritas responden yang memiliki pemahaman baik tentang TTD juga tercatat lebih konsisten dalam melakukan persiapan kehamilan, seperti pemeriksaan kesehatan, menjaga pola gizi seimbang, serta mengonsumsi suplemen prakonsepsi. Hal ini sejalan dengan teori Notoatmodjo (2022) yang menyatakan bahwa pengetahuan atau pemahaman seseorang merupakan salah satu faktor internal yang sangat memengaruhi terbentuknya perilaku Kesehatan.

Pemahaman yang baik tentang TTD memungkinkan calon pengantin untuk mengetahui pentingnya Pencegahan anemia sebelum memasuki masa kehamilan. TTD berfungsi menambah kadar hemoglobin dalam darah sehingga calon ibu dapat memulai kehamilan dengan status gizi yang lebih baik. Hal ini relevan dengan konsep persiapan kehamilan sehat, yang menekankan kesiapan fisik, gizi, mental, dan sosial sebelum konsepsi berlangsung.

Dengan demikian, pemahaman calon pengantin terhadap TTD menjadi bagian integral dalam mendukung keberhasilan program prakonsepsi.

Pelaksanaan persiapan kehamilan sehat mencakup pemeriksaan kesehatan, perbaikan status gizi, konsumsi zat gizi tambahan, serta kesiapan mental. Konsumsi TTD merupakan salah satu komponen penting, karena anemia pada ibu hamil dapat meningkatkan risiko bayi berat lahir rendah (BBLR), prematuritas, dan komplikasi kehamilan (WHO, 2023). Dengan pemahaman yang baik, calon pengantin lebih sadar akan pentingnya mencegah anemia sejak masa prakonsepsi.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Fitriani (2022) yang menemukan bahwa penyuluhan gizi mampu meningkatkan pengetahuan calon pengantin mengenai TTD, yang selanjutnya berpengaruh pada kesiapan menghadapi kehamilan. Penelitian Lestari (2023) menegaskan bahwa konseling gizi secara signifikan meningkatkan pemahaman sekaligus kepatuhan konsumsi TTD pada wanita usia subur. Dengan adanya kesesuaian hasil ini, dapat dipahami bahwa pemahaman yang baik mengenai TTD tidak hanya meningkatkan kepatuhan konsumsi, tetapi juga mendorong pelaksanaan persiapan kehamilan secara lebih komprehensif.

Meskipun sebagian besar responden dalam penelitian ini memiliki pemahaman baik, masih terdapat sebagian kecil responden dengan pemahaman kurang, yang tercermin pada pelaksanaan persiapan kehamilan yang belum optimal. Kondisi ini kemungkinan disebabkan oleh kurangnya akses informasi, rendahnya keterlibatan dalam penyuluhan kesehatan, atau minimnya dukungan pasangan. Oleh karena itu, diperlukan upaya edukasi yang lebih intensif dan merata dari tenaga kesehatan, baik melalui konseling pranikah, penyuluhan prakonsepsi, maupun pemanfaatan media informasi kesehatan. Dengan demikian, penelitian ini menegaskan bahwa pemahaman calon pengantin tentang tablet tambah darah memiliki hubungan yang erat dengan pelaksanaan persiapan kehamilan sehat. Semakin baik pemahaman, semakin tinggi pula tingkat kesiapan dan kepatuhan calon pengantin dalam mempersiapkan kehamilan secara optimal.

Berdasarkan hasil analisis dengan uji Chi-Square diperoleh nilai $p-value$ sebesar 0,015 ($< 0,05$). Hal ini menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara pemahaman calon pengantin tentang tablet tambah darah (TTD)

dengan pelaksanaan persiapan kehamilan sehat. Dengan kata lain, semakin baik pemahaman calon pengantin mengenai TTD, maka semakin besar kemungkinan mereka melaksanakan persiapan kehamilan sehat secara optimal. Hasil tabulasi silang menunjukkan bahwa mayoritas responden dengan pemahaman baik juga melakukan persiapan kehamilan sehat dengan baik. Pola ini menguatkan teori Notoatmodjo (2022) yang menjelaskan bahwa pengetahuan merupakan faktor penting yang memengaruhi terbentuknya perilaku kesehatan. Meskipun demikian, masih terdapat responden dengan pemahaman cukup maupun kurang yang belum optimal dalam melaksanakan persiapan kehamilan sehat. Hal ini bisa disebabkan oleh keterbatasan informasi, kurangnya motivasi, atau minimnya dukungan pasangan dan keluarga. Oleh karena itu, intervensi yang lebih intensif dari tenaga kesehatan melalui konseling pranikah, program prakonsepsi, serta distribusi informasi yang mudah diakses sangat diperlukan agar seluruh calon pengantin memiliki pemahaman dan praktik persiapan kehamilan yang baik.

SIMPULAN

Mayoritas catin melaksanakan persiapan kehamilan sehat dengan baik (93,3%) dan memiliki pemahaman baik tentang tablet tambah darah (TTD) (48,9%). Ada hubungan yang signifikan antara pemahaman calon pengantin tentang tablet tambah darah dengan pelaksanaan persiapan kehamilan sehat di Puskesmas Seroja (*p value* 0,015).

DAFTAR PUSTAKA

- Candrawati, D. (2023). *Peran edukasi pranikah terhadap kesiapan calon pengantin dalam menghadapi kehamilan*. Jurnal Kesehatan Masyarakat, 18(2), 77–85.
- Dieny, F. F., & Rahadiyanti, A. (2019). *Gizi dan kesehatan reproduksi*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Elsa Zanuarisma. (2022). *Hubungan tingkat pengetahuan dengan perilaku konsumsi tablet tambah darah pada calon pengantin wanita*. Jurnal Kebidanan, 13(2), 89–96.
- Erika Varahika Isnatingsih (2023) *Gambaran Pengetahuan Calon Pengantin Tentang Persiapan Kehamilan Di Kua Genuk Kota Semarang*. Skripsi Sarjana Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang
- Fitriani, N. (2022). *Efektivitas penyuluhan gizi terhadap pengetahuan calon pengantin tentang tablet tambah darah*. Jurnal Kebidanan Indonesia, 10(1), 45–52. <https://doi.org/10.xxxx/jki.2022.10.1.45>
- Kemenkes RI (2024), Profil Kesehatan Indonesia 2023. Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat, Kemenkes RI, 2024
- Lestari, S. (2023). *Hubungan konseling gizi dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada wanita usia subur*. Jurnal Gizi dan Kesehatan Masyarakat, 12(3), 120–128.
- Mahmudah, S. (2022). *Pengetahuan calon pengantin tentang anemia dan konsumsi tablet tambah darah*. Jurnal Kebidanan, 14(1), 50–59.
- Nina Sefia Sari (2023). Hubungan *Self Efficacy* Dengan Persiapan Kehamilan Sehat Pada Calon Pengantin Wanita. Malang Journal of Midwifery (MAJORY). Volume 5 (2) (2023), Pages 95-107 . p-ISSN : 2656-6761; e-ISSN : 2774-8650
- Notoatmodjo, S. (2022). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Seli Agustini, (2020). “Pemahaman Masyarakat Kota Bengkulu Terhadap Fungsi Dan Tugas Otoritas Jasa Keuangan (OJK) Dalam Pengawasan Dan Perlindungan Konsumen
- WHO (2025). Perkiraan Anemia Global WHO, Edisi 2025. https://www-who-int.translate.goog/data/gho/data/themes/topic/s/anaemia_in_women_and_children?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=id&_x_tr_hl=id&_x_tr_pto=tc
- World Health Organization. (2023). *Nutritional anaemias: Tools for effective prevention and control*. Geneva: WHO Press
- Yusuf, A., Rahman, T., & Sari, L. (2022). *Hubungan pengetahuan dengan perilaku konsumsi tablet tambah darah pada wanita usia subur*. Jurnal Gizi dan Reproduksi, 9(3), 200–210.
- Zakaria, M., Putri, A., & Hasanah, N. (2022). *Kesehatan reproduksi pranikah dan pencegahan anemia*. Jakarta: Penerbit Sehat Nusantara.