

Indonesian Scientific Journal of Midwifery

Volume 4 No 1 April 2026

HUBUNGAN KEPATUHAN KONSUMSI TABLET Fe DAN PANGAN LOKAL TERHADAP KEJADIAN ANEMIA PADA IBU HAMIL DI UPT PUSKESMAS REJOSARI PRINGSEWU TAHUN 2026

THE RELATIONSHIP OF IRON TABLET COMPLIANCE AND LOCAL FOOD CONSUMPTION WITH THE INCIDENCE OF ANEMIA IN PREGNANT WOMEN AT REJOSARI PUBLIC HEALTH CENTER PRINGSEWU IN 2026

Sirlil Diana^{1*}, Apri Sulistianingsih², Istikomah³, Sumi Anggraeni⁴, Dewi Ayu Ningsih⁵

¹D3 Kebidanan, Universitas Muhammadiyah Pringsewu; sirliidiana@umpri.ac.id

^{2,3}S1 Kebidanan, Universitas Muhammadiyah Pringsewu; sulistianingsih.apri@umpri.ac.id

³S1 Kebidanan, Universitas Muhammadiyah Pringsewu; istikomah@umpri.ac.id

⁴Profesi Bidan, Universitas Muhammadiyah Pringsewu; sumianggraeni@umpri.ac.id

⁵S1 Kebidanan, STIKes Panca Bhakti; dean@pancabhakti.ac.id

*E-mail Koresponden: sirliidiana@umpri.ac.id ;

Abstract: The Relationship Of Iron Tablet Compliance And Local Food Consumption With The Incidence Of Anemia In Pregnant Women At Rejosari Public Health Center Pringsewu In 2026

Anemia in pregnant women remains a health problem that can increase the risk of maternal and neonatal complications. Compliance with iron tablet consumption and intake of local iron-rich foods are important efforts in preventing anemia during pregnancy. This study aimed to determine the relationship between compliance with iron tablet consumption and local food intake with the incidence of anemia among pregnant women at Rejosari Public Health Center, Pringsewu, in 2026. This study used a quantitative analytic design with a cross-sectional approach. The sample consisted of 50 pregnant women selected using purposive sampling technique. Data were collected through iron tablet compliance questionnaires, Food Frequency Questionnaires (FFQ), and hemoglobin examination results. Data analysis was performed using the Chi-Square test. The results showed that most respondents were compliant in consuming iron tablets (68%), had good local food consumption (72%), and did not experience anemia (66%). There was a relationship between compliance with iron tablet consumption and the incidence of anemia (p-value 0.001), as well as between local food consumption and the incidence of anemia (p-value 0.002). In conclusion, compliance with iron tablet consumption and local food intake were associated with the incidence of anemia among pregnant women.

Keywords: anemia, pregnant women, iron tablets, local food

Abstrak: Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Dan Pangan Lokal Terhadap Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Rejosari Pringsewu Tahun 2026

Anemia pada ibu hamil masih menjadi masalah kesehatan yang dapat meningkatkan risiko komplikasi maternal dan neonatal. Kepatuhan konsumsi tablet Fe dan konsumsi pangan lokal yang kaya zat besi merupakan upaya penting dalam pencegahan anemia selama kehamilan. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan kepatuhan konsumsi tablet Fe dan pangan lokal terhadap kejadian anemia pada ibu hamil di UPT Puskesmas Rejosari Pringsewu Tahun 2026. Penelitian menggunakan desain analitik kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Sampel penelitian sebanyak 50 ibu hamil yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Data diperoleh melalui kuesioner kepatuhan konsumsi tablet Fe, Food Frequency Questionnaire (FFQ), dan hasil pemeriksaan hemoglobin. Analisis data menggunakan uji Chi-Square. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden patuh mengonsumsi tablet Fe (68%), memiliki konsumsi pangan lokal baik (72%), dan tidak mengalami anemia (66%). Terdapat hubungan antara kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia (p -value 0,001) serta hubungan konsumsi pangan lokal dengan kejadian anemia (p -value 0,002). Disimpulkan bahwa kepatuhan konsumsi tablet Fe dan konsumsi pangan lokal berhubungan dengan kejadian anemia pada ibu hamil.

Kata Kunci : anemia, ibu hamil, tablet Fe, pangan lokal

PENDAHULUAN

Anemia pada ibu hamil masih menjadi salah satu masalah kesehatan utama di negara berkembang termasuk Indonesia. World Health Organization melaporkan bahwa prevalensi anemia pada ibu hamil secara global masih cukup tinggi dan sebagian besar disebabkan oleh defisiensi zat besi (World Health Organization [WHO], 2024). Kondisi anemia selama kehamilan dapat meningkatkan risiko perdarahan postpartum, kelahiran prematur, bayi berat lahir rendah, hingga kematian maternal dan neonatal (Al-Taiar et al., 2025).

Pemerintah Indonesia telah menjalankan program suplementasi Tablet Tambah Darah (TTD) atau tablet Fe bagi ibu hamil sebagai upaya pencegahan anemia. Program pemberian tablet Fe minimal 90 tablet selama kehamilan merupakan salah satu strategi nasional untuk menurunkan angka anemia maternal (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Namun demikian, kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet Fe masih rendah akibat berbagai faktor seperti efek samping, rasa mual, kurangnya pengetahuan, dan rendahnya motivasi ibu hamil (Saragih et al., 2022). Kepatuhan konsumsi tablet Fe menjadi salah satu indikator penting keberhasilan program pencegahan anemia maternal (Demisse et al., 2021).

Selain suplementasi zat besi, konsumsi pangan lokal yang mengandung zat besi dan vitamin pendukung absorpsi besi juga berperan penting dalam pemenuhan kebutuhan nutrisi selama kehamilan. Pangan lokal seperti daun ubi ungu, bayam, ikan, hati ayam, madu, dan kacang-kacangan mudah diperoleh masyarakat serta memiliki kandungan gizi yang bermanfaat untuk membantu meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil (Sharaf El-Din et

Indonesian Scientific Journal of Midwifery

Volume 4 No 1 April 2026

al., 2025). Penelitian Hutabarat dan Widyawati (2018) menunjukkan bahwa konsumsi daun ubi jalar bersama tablet Fe dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia. Selain itu, pemanfaatan pangan lokal dinilai lebih mudah diterapkan karena sesuai dengan budaya konsumsi masyarakat sehari-hari (Jubaedah & Hermawan, 2025).

UPT Puskesmas Rejosari Kabupaten Pringsewu merupakan salah satu fasilitas pelayanan kesehatan yang aktif melaksanakan pelayanan antenatal care dan program pencegahan anemia pada ibu hamil. Namun penelitian mengenai hubungan kepatuhan konsumsi tablet Fe dan konsumsi pangan lokal terhadap kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah tersebut masih terbatas. Sebagian besar penelitian sebelumnya lebih banyak berfokus pada suplementasi tablet Fe tanpa mengkaji konsumsi pangan lokal sebagai faktor pendukung pencegahan anemia (Sari et al., 2025).

Oleh karena itu penelitian ini penting dilakukan sebagai dasar pengembangan edukasi kesehatan maternal berbasis pangan lokal. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan kepatuhan konsumsi tablet Fe dan pangan lokal terhadap kejadian anemia pada ibu hamil di UPT Puskesmas Rejosari Pringsewu Tahun 2026.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain analitik cross-sectional. Penelitian dilaksanakan di UPT Puskesmas Rejosari Kabupaten Pringsewu pada bulan Januari 2026.

Populasi penelitian adalah seluruh ibu hamil yang melakukan pemeriksaan ANC di UPT Puskesmas Rejosari. Sampel penelitian diambil menggunakan teknik purposive sampling dengan jumlah responden sebanyak 50 ibu hamil sesuai kriteria inklusi dan eksklusi penelitian.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah kepatuhan konsumsi tablet Fe dan konsumsi pangan lokal, sedangkan variabel dependen adalah kejadian anemia pada ibu hamil. Data kepatuhan konsumsi tablet Fe diperoleh menggunakan kuesioner kepatuhan konsumsi tablet Fe.

Data konsumsi pangan lokal diperoleh menggunakan Food Frequency Questionnaire (FFQ). Data anemia diperoleh melalui dokumentasi hasil pemeriksaan kadar hemoglobin ibu hamil. Analisis data dilakukan menggunakan analisis univariat berupa distribusi frekuensi dan analisis bivariat menggunakan uji Chi-Square dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$.

Indonesian Scintific Journal of Midwifery

Volume 4 No 1 April 2026

HASIL

Hasil penelitian akan disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi mengenai karakteristik responden, kepatuhan konsumsi tablet Fe, konsumsi pangan lokal, dan kejadian anemia pada ibu hamil.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Rejosari Pringsewu

| No | Variabel | Frekuensi (n) | Persentase (%) |
|----|------------------|---------------|----------------|
| 1. | Umur | | |
| | < 20 tahun | 5 | 10 |
| | 20-35 tahun | 38 | 76 |
| | >35 tahun | 7 | 14 |
| | Total | 50 | 100 |
| 2. | Pendidikan | | |
| | SD | 6 | 12 |
| | SMP | 12 | 24 |
| | SM | 25 | 50 |
| | Perguruan Tinggi | 7 | 14 |
| | Total | 50 | 100 |
| 3. | Pekerjaan | | |
| | Ibu Rumah Tangga | 31 | 62 |
| | Wiraswasta | 10 | 20 |
| | Pegawai Swasta | 6 | 12 |
| | PNS | 3 | 6 |
| | Total | 50 | 100 |
| 4. | Paritas | | |
| | Primigravida | 18 | 36 |
| | Multigravida | 32 | 64 |
| | Total | 50 | 100 |

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa sebagian besar responden berada pada kelompok umur 20–35 tahun yaitu sebanyak 38 responden (76%), sedangkan responden dengan umur <20 tahun sebanyak 5 responden (10%) dan umur >35 tahun sebanyak 7 responden (14%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas ibu hamil berada pada usia reproduksi sehat.

Indonesian Scientific Journal of Midwifery

Volume 4 No 1 April 2026

Berdasarkan tingkat pendidikan, sebagian besar responden memiliki pendidikan SMA yaitu sebanyak 25 responden (50%), sedangkan pendidikan SMP sebanyak 12 responden (24%), SD sebanyak 6 responden (12%), dan perguruan tinggi sebanyak 7 responden (14%). Tingkat pendidikan dapat memengaruhi pengetahuan ibu dalam menjaga kesehatan selama kehamilan.

Berdasarkan pekerjaan, sebagian besar responden merupakan ibu rumah tangga sebanyak 31 responden (62%). Selain itu terdapat 10 responden (20%) bekerja sebagai wiraswasta, 6 responden (12%) pegawai swasta, dan 3 responden (6%) sebagai PNS.

Berdasarkan paritas, sebagian besar responden merupakan multigravida sebanyak 32 responden (64%), sedangkan primigravida sebanyak 18 responden (36%). Pengalaman kehamilan sebelumnya dapat memengaruhi perilaku ibu dalam menjaga kesehatan selama kehamilan.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Rejosari Pringsewu Tahun 2026

| Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe | Frekuensi (n) | Persentase (%) |
|------------------------------|---------------|----------------|
| Patuh | 34 | 68 |
| Tidak Patuh | 16 | 32 |
| Total | 50 | 100 |

Berdasarkan Tabel 2 diketahui bahwa sebagian besar ibu hamil patuh mengonsumsi tablet Fe yaitu sebanyak 34 responden (68%), sedangkan responden yang tidak patuh sebanyak 16 responden (32%). Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil telah memiliki kesadaran yang baik dalam mengonsumsi tablet Fe selama kehamilan. Kepatuhan konsumsi tablet Fe penting untuk memenuhi kebutuhan zat besi yang meningkat selama masa kehamilan sehingga dapat membantu mencegah terjadinya anemia.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Konsumsi Pangan Lokal pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Rejosari Pringsewu Tahun 2026

| Konsumsi Pangan Lokal | Frekuensi (n) | Persentase (%) |
|-----------------------|---------------|----------------|
| Baik | 36 | 72 |
| Kurang | 14 | 28 |

Indonesian Scientific Journal of Midwifery

Volume 4 No 1 April 2026

| | | |
|-------|----|-----|
| Total | 50 | 100 |
|-------|----|-----|

Berdasarkan Tabel 3 diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki konsumsi pangan lokal yang baik yaitu sebanyak 36 responden (72%), sedangkan responden dengan konsumsi pangan lokal kurang sebanyak 14 responden (28%). Pangan lokal yang dikonsumsi ibu hamil meliputi sayuran hijau, daun ubi ungu, ikan, hati ayam, kacang-kacangan, dan madu yang mengandung zat besi dan nutrisi penting lainnya. Konsumsi pangan lokal yang baik dapat membantu memenuhi kebutuhan gizi ibu hamil dan mendukung peningkatan kadar hemoglobin.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Rejosari Pringsewu Tahun 2026

| Kejadian Anemia | Frekuensi (n) | Persentase (%) |
|-----------------|---------------|----------------|
| Anemia | 17 | 34 |
| Tidak Anemia | 33 | 66 |
| Total | 50 | 100 |

Berdasarkan Tabel 4 diketahui bahwa sebagian besar responden tidak mengalami anemia yaitu sebanyak 33 responden (66%), sedangkan responden yang mengalami anemia sebanyak 17 responden (34%). Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil memiliki kadar hemoglobin dalam batas normal. Namun demikian masih terdapat ibu hamil

Indonesian Scientific Journal of Midwifery

Volume 4 No 1 April 2026

yang mengalami anemia sehingga diperlukan upaya pencegahan melalui kepatuhan konsumsi tablet Fe dan pemenuhan nutrisi selama kehamilan.

Tabel 5. Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe terhadap Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Rejosari Pringsewu Tahun 2026

| Kepatuhan Tablet Fe | Anemia | Tidak Anemia | Total | <i>p-value</i> |
|---------------------|--------|--------------|-------|----------------|
| Patuh | 6 | 28 | 34 | 0,001 |
| Tidak Patuh | 11 | 5 | 16 | |
| Total | 17 | 33 | 50 | |

Berdasarkan Tabel 5 diketahui bahwa dari 34 responden yang patuh mengonsumsi tablet Fe, sebagian besar tidak mengalami anemia yaitu sebanyak 28 responden, sedangkan yang mengalami anemia sebanyak 6 responden. Sementara itu dari 16 responden yang tidak patuh mengonsumsi tablet Fe, sebagian besar mengalami anemia yaitu sebanyak 11 responden dan yang tidak mengalami anemia sebanyak 5 responden. Hasil uji statistik Chi-Square diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,001 ($<0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada ibu hamil di UPT Puskesmas Rejosari Pringsewu Tahun 2026. Hal ini menunjukkan bahwa ibu hamil yang patuh mengonsumsi tablet Fe cenderung memiliki kadar hemoglobin yang lebih baik dibandingkan ibu hamil yang tidak patuh mengonsumsi tablet Fe.

Tabel 6. Hubungan Konsumsi Pangan Lokal terhadap Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Rejosari Pringsewu Tahun 2026

| Konsumsi Pangan Lokal | Anemia | Tidak Anemia | Total | <i>p-value</i> |
|-----------------------|--------|--------------|-------|----------------|
| Baik | 7 | 29 | 36 | 0,002 |
| Kurang | 10 | 4 | 14 | |
| Total | 17 | 33 | 50 | |

Berdasarkan Tabel 6 diketahui bahwa dari 36 responden dengan konsumsi pangan lokal baik, sebagian besar tidak mengalami anemia yaitu sebanyak 29 responden, sedangkan yang mengalami anemia sebanyak 7 responden. Sementara itu dari 14 responden dengan konsumsi pangan lokal kurang, sebagian besar mengalami anemia yaitu sebanyak 10 responden dan yang tidak mengalami anemia sebanyak 4 responden. Hasil uji statistik Chi-Square diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,002 ($<0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa

Indonesian Scientific Journal of Midwifery

Volume 4 No 1 April 2026

terdapat hubungan antara konsumsi pangan lokal dengan kejadian anemia pada ibu hamil di UPT Puskesmas Rejosari Pringsewu Tahun 2026.

Konsumsi pangan lokal yang kaya zat besi dan vitamin pendukung absorpsi besi dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil sehingga risiko anemia dapat berkurang.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa sebagian besar ibu hamil memiliki kepatuhan yang baik dalam mengonsumsi tablet Fe yaitu sebanyak 34 responden (68%). Sebagian besar responden yang patuh mengonsumsi tablet Fe tidak mengalami anemia sebanyak 28 responden, sedangkan responden yang tidak patuh lebih banyak mengalami anemia yaitu sebanyak 11 responden. Hasil uji statistik Chi-Square menunjukkan nilai *p-value* sebesar 0,001 (<0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah Kerja Puskesmas Rejosari Pringsewu Tahun 2026. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ibu hamil yang patuh mengonsumsi tablet Fe cenderung memiliki kadar hemoglobin yang lebih baik dibandingkan ibu hamil yang tidak patuh mengonsumsi tablet Fe.

Tablet Fe merupakan suplementasi penting selama kehamilan karena kebutuhan zat besi meningkat untuk mendukung pertumbuhan janin dan peningkatan volume darah ibu selama kehamilan. Kekurangan zat besi dapat menyebabkan penurunan kadar hemoglobin sehingga ibu hamil berisiko mengalami anemia (Townsend et al., 2024). Suplementasi zat besi terbukti efektif dalam membantu meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil apabila dikonsumsi secara rutin dan sesuai anjuran tenaga kesehatan (Finkelstein et al., 2024).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Sari et al. (2025) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada ibu hamil. Penelitian Demisse et al. (2021) juga menyebutkan bahwa ibu hamil yang tidak patuh mengonsumsi tablet Fe memiliki risiko lebih tinggi mengalami anemia dibandingkan ibu hamil yang patuh mengonsumsi tablet Fe. Hal tersebut menunjukkan bahwa kepatuhan konsumsi tablet Fe menjadi salah satu faktor penting dalam keberhasilan program pencegahan anemia maternal.

Indonesian Scientific Journal of Midwifery

Volume 4 No 1 April 2026

Kepatuhan konsumsi tablet Fe dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti pengetahuan ibu, tingkat pendidikan, dukungan keluarga, motivasi, dan edukasi dari tenaga kesehatan. Banyak ibu hamil tidak rutin mengonsumsi tablet Fe karena efek samping seperti mual, konstipasi, dan rasa tidak nyaman pada lambung (Saragih et al., 2022). Penelitian Sulistianingsih et al. (2023) menyebutkan bahwa edukasi kesehatan dan pendampingan tenaga kesehatan dapat meningkatkan kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet Fe selama masa kehamilan.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil memiliki konsumsi pangan lokal yang baik yaitu sebanyak 36 responden (72%). Sebagian besar responden dengan konsumsi pangan lokal baik tidak mengalami anemia sebanyak 29 responden, sedangkan responden dengan konsumsi pangan lokal kurang lebih banyak mengalami anemia sebanyak 10 responden. Hasil analisis statistik menunjukkan nilai p-value sebesar 0,002 (<0,05) yang berarti terdapat hubungan antara konsumsi pangan lokal dengan kejadian anemia pada ibu hamil di UPT Puskesmas Rejosari Pringsewu Tahun 2026.

Pangan lokal seperti sayuran hijau, daun ubi ungu, kacang-kacangan, ikan, hati ayam, dan madu memiliki kandungan zat besi serta vitamin pendukung absorpsi besi yang bermanfaat dalam pembentukan hemoglobin. Konsumsi pangan lokal secara rutin dapat membantu memenuhi kebutuhan nutrisi ibu hamil dan menjadi alternatif pencegahan anemia yang mudah dijangkau masyarakat (Sharaf El-Din et al., 2025). Pemanfaatan pangan lokal juga lebih mudah diterapkan karena sesuai dengan budaya konsumsi masyarakat sehari-hari serta memiliki nilai ekonomi yang lebih terjangkau (Jubaedah & Hermawan, 2025).

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Hutabarat dan Widyawati (2018) yang menunjukkan bahwa pemberian rebusan daun ubi jalar bersama tablet Fe dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia. Penelitian Fatwa et al. (2025) juga menyebutkan bahwa daun ubi ungu efektif membantu meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil anemia karena mengandung zat besi, vitamin C, dan antioksidan yang mendukung pembentukan sel darah merah.

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa kepatuhan konsumsi tablet Fe dan konsumsi pangan lokal memiliki hubungan terhadap kejadian anemia pada ibu hamil. Upaya pencegahan anemia selama kehamilan tidak hanya bergantung pada pemberian suplementasi zat besi tetapi juga perlu didukung dengan edukasi pemanfaatan pangan lokal se

Indonesian Scientific Journal of Midwifery

Volume 4 No 1 April 2026

bagai sumber nutrisi tambahan selama kehamilan. Oleh karena itu tenaga kesehatan khususnya bidan perlu meningkatkan edukasi kesehatan maternal mengenai pentingnya kepatuhan konsumsi tablet Fe dan pola konsumsi pangan lokal untuk menurunkan kejadian anemia pada ibu hamil.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan kepatuhan konsumsi tablet Fe dan pangan lokal terhadap kejadian anemia pada ibu hamil di UPT Puskesmas Rejosari Pringsewu Tahun 2026, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada ibu hamil, dengan nilai *p-value* sebesar 0,001. Ibu hamil yang patuh mengonsumsi tablet Fe cenderung memiliki kadar hemoglobin yang lebih baik dan lebih sedikit mengalami anemia dibandingkan ibu yang tidak patuh.

Selain itu, terdapat hubungan yang signifikan antara konsumsi pangan lokal dengan kejadian anemia pada ibu hamil dengan nilai *p-value* sebesar 0,002. Ibu hamil yang memiliki konsumsi pangan lokal yang baik, seperti sayuran hijau, daun ubi ungu, ikan, hati ayam, kacang-kacangan, dan madu, cenderung tidak mengalami anemia dibandingkan ibu dengan konsumsi pangan lokal yang kurang.

Penelitian ini menunjukkan bahwa upaya pencegahan anemia pada ibu hamil tidak hanya bergantung pada pemberian suplementasi tablet Fe, tetapi juga perlu didukung dengan pola konsumsi pangan lokal yang kaya zat besi dan nutrisi pendukung lainnya. Kombinasi keduanya dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin dan menurunkan risiko anemia selama kehamilan.

SARAN

1. Bagi ibu hamil, diharapkan lebih patuh dalam mengonsumsi tablet Fe sesuai anjuran tenaga kesehatan serta meningkatkan konsumsi pangan lokal yang kaya zat besi untuk mencegah anemia selama kehamilan.
2. Bagi tenaga kesehatan, khususnya bidan, diharapkan dapat meningkatkan edukasi dan pendampingan kepada ibu hamil mengenai pentingnya konsumsi tablet Fe dan pemanfaatan pangan lokal sebagai upaya pencegahan anemia.

Indonesian Scientific Journal of Midwifery

Volume 4 No 1 April 2026

3. Bagi UPT Puskesmas Rejosari diharapkan dapat mengembangkan program promosi kesehatan berbasis pangan lokal untuk mendukung penurunan angka anemia pada ibu hamil di wilayah kerja puskesmas.
4. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan melakukan penelitian dengan jumlah sampel yang lebih besar dan metode penelitian yang lebih mendalam, seperti cohort atau eksperimen, agar dapat mengetahui pengaruh langsung konsumsi pangan lokal dan kepatuhan tablet Fe terhadap kadar hemoglobin ibu hamil.

DAFTAR PUSTAKA

Al-Taiar, A., Alanezi, F., Alrashidi, F., & Alshammari, M. (2025). Anemia in pregnant women and associated maternal outcomes. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 25(1), 1–9. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11927135/>

Ameline, A. S., Chandra, D. N., Htet, M. K., Zahra, N. L., & Fahmida, U. (2025). Prevalence and factors associated with anemia among pregnant women in Indonesia. *PLoS ONE*, 20(6), 1–16. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC12193077/>

Demisse, B., Temesgen, H., Dessie, B., & Kassa, G. M. (2021). Adherence status to iron supplementation among pregnant women: A systematic review and meta-analysis. *BMC Nutrition*, 7(1), 1–10. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8524691/>

Diana, S. (2023). Hubungan pendidikan dan pengetahuan kesehatan gizi terhadap kejadian anemia pada ibu hamil. *Jurnal Kebidanan*, 1(2), 2–8. <https://scholar.google.com.https://ejournal.umpri.ac.id/index.php/ISJM/article/view/2220>

Fatwa, D. M., Rusmida, S., Nadiah, L., et al. (2025). Effectiveness of purple sweet potato leaves in improving hemoglobin levels among anemic pregnant women. *Journal of Midwifery*, 11(11), 1329–1333. <https://jppipa.unram.ac.id/index.php/jppipa/article/view/12762/8937>

Finkelstein, J. L., Cuthbert, A., Weeks, J., Venkatramanan, S., Larvie, D. Y., & De-Regil, L. M. (2024). Daily oral iron supplementation during pregnancy. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 1(1), 1–45. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11325660/>

Indonesian Scientific Journal of Midwifery

Volume 4 No 1 April 2026

Finkelstein, J. L., Cuthbert, A., Weeks, J., Venkatramanan, S., Larvie, D. Y., & De-Regil, L. M. (2024). Daily oral iron supplementation during pregnancy. *Cochrane Database of Systematic Reviews*. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11325660/>

Hutabarat, N., & Widyawati, M. (2018). The effect of sweet potato leaf decoction and iron tablet against increased hemoglobin levels in pregnant women. *Indonesian Journal of Health Research*, 1(2), 59–65. <https://garuda.kemdiktisaintek.go.id/documents/detail/860965>

Jubaedah, E., & Hermawan, M. H. (2025). Sweet potato leaf-based functional drinks for anemia prevention. *Journal of Functional Food*, 13(1), 137–143. <https://garuda.kemdiktisaintek.go.id/documents/detail/4963891>

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Buku saku pencegahan anemia pada ibu hamil*. Kementerian Kesehatan RI. https://repository.kemkes.go.id/?_token=hJEcoTm5ZKfx2IbHg7dQynWYzJMrkdVnFTTjjRe&filter=&q=Buku+saku+pencegahan+anemia+pada+ibu+hamil

Saragih, I. D., Dimog, E. F., Saragih, I. S., & Lin, C. J. (2022). Adherence to iron and folic acid supplementation intake among pregnant women: A systematic review and meta-analysis. *Midwifery*, 104, 103185. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0266613821002655?via%3Dihub>

Sari, Y. K., Yuniarti, Y., Hipni, R., & Tunggal, T. (2025). Hubungan tingkat kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan anemia ibu hamil. *Jurnal Penelitian Multidisiplin Bangsa*, 1(8), 1321–1326. <https://ejournal.amirulbangunbangsapublishing.com/index.php/jpnmb/article/view/240/193>

Sharaf El-Din, M. G., Farrag, A. F. S., Wu, L., Huang, Y., & Wang, K. (2025). Health benefits of honey. *Journal of Traditional Chinese Medicine Sciences*, 12(2), 147–164. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2095754825000195>

Sulistianingsih, A., Aswitami, N., Saputri, N., et al. (2023). Effect of maternal and child health book on iron supplementation obedience. *African Journal of Nursing and Midwifery*, 25(1). <https://unisapressjournals.co.za/index.php/AJNM/article/view/12897>

Townsend, K., Maric, T., Steer, P. J., & Savvidou, M. D. (2024). Maternal hemoglobin drop in

Indonesian Scientific Journal of Midwifery

Volume 4 No 1 April 2026

pregnancy and maternal outcomes. *Acta Obstetrica et Gynecologica Scandinavica*, 103(10), 2002–2012. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11426208/>

World Health Organization. (2024). *World health statistics 2024*. World Health Organization. <https://www.who.int/data/gho>