



## Pola Konsumsi Tablet Ferros (FE) Pada Ibu Hamil Yang Mengalami Kekurangan Energi Kronik (KEK) Di Puskesmas Kurra Kabupaten Tana Toraja

**Harmawati Rustan**

Institut Kesehatan dan Bisnis Kurnia Jaya Persada

Email: [harmawatirst@gmail.com](mailto:harmawatirst@gmail.com)

**Kartini S**

Institut Kesehatan dan Bisnis Kurnia Jaya Persada

Email: [kartini03.kjp@gmail.com](mailto:kartini03.kjp@gmail.com)

Korespondensi penulis: [kartini03.kjp@gmail.com](mailto:kartini03.kjp@gmail.com)

**Abstract.** Chronic energy deficiency (CED) in pregnant women can also be interpreted as a situation when pregnant women have insufficient energy intake for a long period of time, causing the pregnant woman to gain less weight and can disrupt the health of the mother and fetus she is carrying. CED in pregnant women can trigger various health problems, such as anemia, respiratory tract infections, metabolic disorders, and increase the risk of complications during childbirth. The aim of this research was to determine the consumption pattern of Ferros (Fe) tablets among pregnant women who experience chronic energy deficiency (KEK) at the Kurra Health Center, Tana Toraja Regency. This research method is quantitative with a cross-sectional research design. The population in this study were 31 pregnant women who experienced Chronic Energy Deficiency (CED) at the Kurra Health Center, Tana Toraja Regency and the sample in this study were 31 pregnant women who experienced Chronic Energy Deficiency (KEK) at the Kurra Health Center, Tana Toraja Regency. pregnant mother. The sampling technique used in this research is total sampling where the researcher will take the entire population. This research was processed using a computerized system with the help of the SPSS program. The data analysis method used is statistical test analysis with a statistical test (chi-square) to determine the consumption pattern of Ferros (Fe) tablets in pregnant women who experience chronic energy deficiency (KEK), where if a p value of  $0.000 < 0.05$  is obtained, it can be interpreted as significant. Therefore, it is recognized that the pattern of consumption of Ferros (Fe) tablets in pregnant women who experience chronic energy deficiency (KEK)

**Keywords :** Ferrosus Tablets, Chronic Energy Deficiency, Pregnant Women

**Abstrak.** Kekurangan energi kronis (KEK) pada ibu hamil juga dapat diartikan sebagai keadaan ketika ibu hamil memiliki asupan energi yang kurang selama jangka waktu yang lama, sehingga menyebabkan berat badan ibu hamil menjadi kurang dan dapat mengganggu kesehatan ibu dan janin yang dikandungnya. KEK pada ibu hamil dapat memicu terjadinya berbagai masalah kesehatan, seperti anemia, infeksi saluran pernapasan, gangguan metabolik, dan meningkatkan risiko komplikasi saat persalinan. Tujuan Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui Pola Konsumsi Tablet Ferros (Fe) Pada Ibu Hamil Yang Mengalami Kekurangan Energi Kronik (Kek) di puskesmas Kurra Kabupaten Tana Toraja. Metode Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan desain penelitian cross-sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil yang mengalami Kekurangan Energi Kronik (KEK) di puskesmas Kurra Kabupaten Tana Toraja sebanyak 31 orang dan sampel dalam penelitian ini adalah ibu hamil yang mengalami Kekurangan Energi Kronik (KEK) di puskesmas Kurra Kabupaten Tana Toraja 31 orang ibu hamil. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah Total sampling dimana peneliti akan mengambil seluruh populasi yang ada. Penelitian ini diolah menggunakan sistem komputerisasi dengan bantuan program SPSS. Metode analisis data yang digunakan adalah analisis uji statistik dengan uji uji statistik (chi-square) untuk mengetahui Pola Konsumsi Tablet Ferros (Fe) Pada Ibu Hamil Yang Mengalami Kekurangan Energi Kronik (Kek) dimana jika didapatkan Nilai p  $0,000 < 0,05$ , dapat diartikan sebagai signifikan. Oleh karena itu, diakui bahwa Pola Konsumsi Tablet Ferros (Fe) Pada Ibu Hamil Yang Mengalami Kekurangan Energi Kronik (Kek)

**Kata kunci:** Tablet Ferrosus, Kekurangan Energi Kronik, Ibu Hamil

## **LATAR BELAKANG**

KEK merupakan kondisi dimana tubuh mengalami kekurangan energi yang cukup untuk memenuhi kebutuhan fisiologis. Ibu hamil adalah salah satu kelompok yang rentan terhadap KEK karena mereka membutuhkan asupan gizi yang optimal untuk mendukung pertumbuhan janin dan kesehatan ibu. Tablet besi adalah suplemen yang umumnya diberikan kepada ibu hamil untuk mencegah atau mengatasi anemia kehamilan, yang dapat menyebabkan KEK jika tidak ditangani dengan baik. Oleh karena itu, penting untuk mengevaluasi apakah pola konsumsi tablet besi yang adekuat berhubungan dengan tingkat KEK pada ibu hamil. Informasi ini dapat memberikan wawasan tentang pentingnya kepatuhan terhadap suplemen besi selama kehamilan untuk mencegah dan mengurangi risiko KEK (Fitriani et al., 2021; Suryani et al., 2021).

Masalah kekurangan gizi pada ibu hamil yang menjadi perhatian adalah KEK. KEK pada ibu hamil masih menjadi fokus perhatian karena memengaruhi kesehatan ibu dan janin. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan bahwa proporsi KEK pada ibu hamil usia 15-49 tahun sebesar 17,3% (Kemenkes RI, 2019). Data ibu hamil di Tana Toraja terdata sebanyak 3.869 (Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan, 2021)

Kekurangan energi kronis (KEK) pada ibu hamil dapat disebabkan oleh berbagai faktor, seperti asupan makanan yang tidak mencukupi energi dan protein yang dibutuhkan oleh tubuh, atau adanya masalah kesehatan tertentu. Selama masa kehamilan, tubuh memerlukan tambahan energi sekitar 340-450 kalori per hari pada trimester II dan III. Oleh karena itu, jika kekurangan zat gizi dibiarkan terus-menerus selama kehamilan, maka ibu hamil yang sebelumnya tidak mengalami KEK dapat berisiko mengalaminya, sedangkan yang sudah mengalami KEK dapat mengalami bahaya yang lebih besar (Yuli Bahriah, 2021).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Rizkiyah, F., dan Arianti (2020) menyampaikan bahwa kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe merupakan salah satu faktor yang menyebabkan KEK pada ibu hamil. Penelitian ini menunjukkan bahwa ibu hamil yang tidak patuh dalam mengonsumsi tablet Fe memiliki risiko yang lebih tinggi mengalami KEK. Hal ini menunjukkan pentingnya kepatuhan ibu hamil dalam mengikuti program suplementasi besi yang direkomendasikan oleh tenaga kesehatan selama kehamilan. Hasil ini menekankan perlunya pendekatan komprehensif yang melibatkan edukasi, dukungan, dan pemantauan yang efektif dalam memastikan kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet Fe.

Kurang gizi pada ibu hamil menjadi perhatian kesehatan masyarakat karena dapat berdampak buruk pada kesehatan ibu hamil, bayi yang dikandung, serta proses persalinan. Salah satu bentuk kekurangan gizi pada ibu hamil adalah Kekurangan Energi Kronik (KEK),

yang dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan pada ibu dan janin yang dikandung (Achadi, E. L., Nuraida, L., & Sadewa, 2021).

Di Puskesmas Kurra Kabupaten Tana Toraja, terdapat 3 orang ibu hamil yang mengalami KEK, yang salah satunya dapat disebabkan oleh kurangnya pengetahuan tentang pola konsumsi tablet Fe. Jika ibu hamil tidak patuh dalam mengonsumsi tablet Fe sesuai dengan petunjuk yang diberikan oleh tenaga kesehatan, kemungkinan risiko KEK meningkat. Oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian tentang hubungan antara pola konsumsi tablet Fe dan kejadian KEK pada ibu hamil di Puskesmas Kurra Kabupaten Tana Toraja sebagai upaya untuk mengurangi masalah KEK pada ibu hamil di wilayah tersebut.

## **KAJIAN TEORITIS**

Dari uraian tinjauan pustaka, dijelaskan bahwa Kekurangan energi kronis (KEK) pada ibu hamil juga dapat diartikan sebagai keadaan ketika ibu hamil memiliki asupan energi yang kurang selama jangka waktu yang lama, sehingga menyebabkan berat badan ibu hamil menjadi kurang dan dapat mengganggu kesehatan ibu dan janin yang dikandungnya. (Departemen Kesehatan RI, 2017; Tarwotjo, I., & Kosen, 2019).

Tablet besi (Fe) umumnya digunakan untuk mengatasi atau mencegah anemia, yang disebabkan oleh defisiensi zat besi. Tablet Fe mengandung zat besi yang penting untuk produksi sel darah merah. Meskipun tablet Fe biasanya tidak mengandung protein dan energi dalam jumlah signifikan, mereka dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah dan mencegah atau mengatasi anemia. Suplemen tablet Fe sering direkomendasikan untuk individu yang memiliki defisiensi zat besi, termasuk ibu hamil atau individu dengan risiko anemia (Angela Lovendra Naingalis & Esem, 2023; Yeni Aimi et al., 2019).

Tablet Fe diberikan untuk mencegah atau mengobati anemia, yang merupakan salah satu faktor yang dapat menyebabkan KEK. Oleh karena itu, penting bagi ibu hamil untuk mengikuti petunjuk dan anjuran tenaga kesehatan mengenai konsumsi tablet Fe untuk menjaga status gizi yang optimal dan mencegah risiko KEK. Oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian tentang hubungan antara pola konsumsi tablet Fe dan kejadian KEK pada ibu hamil di Puskesmas Kurra Kabupaten Tana Toraja sebagai upaya untuk mengurangi masalah KEK pada ibu hamil di wilayah tersebut.

Adapun hipotesis yang dapat diambil dalam penelitian ini yaitu:

1. Hipotesis nol (H<sub>0</sub>): Tidak ada hubungan yang signifikan antara pola konsumsi tablet Fe dengan kejadian KEK pada ibu hamil di Puskesmas Kurra Kabupaten Tana Toraja.

2. Hipotesis alternatif ( $H_a$ ): Terdapat hubungan yang signifikan antara pola konsumsi tablet Fe dengan kejadian KEK pada ibu hamil di Puskesmas Kurra Kabupaten Tana Toraja.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif yang menggunakan metode penelitian cross-sectional. Penelitian cross-sectional merupakan suatu jenis studi observasional di mana data dikumpulkan pada satu titik waktu tertentu. Dalam penelitian ini, peneliti tidak melakukan intervensi pada variabel atau populasi yang sedang diteliti, namun hanya mengamati dan mengukur karakteristik serta variabel yang ada pada saat itu. Penelitian cross-sectional sering digunakan untuk menggambarkan seberapa banyak suatu kondisi atau fenomena tertentu yang ada pada populasi yang sedang diteliti (Jaya, 2020).

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil di puskesmas Kurra Kabupaten Tana Toraja sebanyak 40 orang adapun Sampel dalam penelitian ini adalah ibu hamil di puskesmas Kurra Kabupaten Tana Toraja 40 orang ibu hamil. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah Total sampling dimana peneliti akan mengambil seluruh populasi yang ada sedangkan **Instrumen Penelitian menggunakan** Kuisisioner pola konsumsi tablet Fe: Kuisisioner ini dirancang untuk mengumpulkan informasi tentang pola konsumsi tablet Fe oleh responden. Kuisisioner terdiri dari 9 pertanyaan dengan pilihan jawaban ya dan tidak. Kuisisioner ini menggunakan skala guttman. Lembar observasi kejadian KEK: Lembar observasi ini digunakan untuk mencatat dan mengamati kejadian KEK pada responden. Lembar ini berisi pengukuran LILA ibu. **Metode Analisis Data** Penelitian ini melibatkan dua variabel yaitu pola konsumsi tablet Fe dan kejadian KEK pada ibu hamil. Analisis univariat dilakukan terhadap kedua variabel tersebut. Pada variabel pola konsumsi tablet Fe, analisis univariat dilakukan dengan menghitung frekuensi dan persentase dari responden yang mengonsumsi tablet Fe secara teratur, tidak teratur. Sedangkan pada variabel kejadian KEK pada ibu hamil, analisis univariat dilakukan dengan menghitung frekuensi dan persentase dari responden yang mengalami KEK atau tidak. Analisis bivariat pada penelitian Hubungan Pola Konsumsi Tablet Fe dengan Kejadian KEK pada Ibu Hamil menggunakan Analisis chi-square yang dinyatakan berdasarkan nilai  $\alpha$  0,05.  $P$  value  $< \alpha$  0,05 dinyatakan ada hubungan, akan tetapi jika nilai nilai  $\alpha$  0,05.  $P$  value  $> \alpha$  0,05 dinyatakan tidak ada hubungan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Analisa Univariat

#### a. Distribusi Kejadian KEK

**Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Kekurangan Energi Kronis (KEK)**

Kekurangan Energi Kronis (KEK)	Frekuensi	Persen (%)
KEK	13	32.5
Tidak KEK	27	67.5
<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>100.0</b>

Sumber: Data Primer

Tabel 5.2 menggambarkan distribusi responden berdasarkan status Kekurangan Energi Kronis (KEK) dalam konteks penelitian ini. Dari total 40 responden, hasil tabel menunjukkan bahwa 13 responden (32.5%) mengalami Kekurangan Energi Kronis (KEK), sementara 27 responden lainnya (67.5%) tidak mengalami KEK.

#### b. Pola Konsumsi Tablet Fe

**Tabel 2 Distribusi Responden Berdasarkan Pola Komsumsi Tablet Fe**

Kejadian Anemia	Frekuensi	Persen (%)
Tidak Teratur	8	20.0
Teratur	32	80.0
<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>100.0</b>

Sumber : data primer 2023

Tabel 5.3 melaporkan distribusi responden berdasarkan pola konsumsi tablet FE dalam kerangka penelitian ini. Dari total 40 responden, data dalam tabel menunjukkan bahwa 8 responden (20.0%) tidak teratur mengkonsumsi tablet Fe, sementara 32 responden lainnya (80.0%) teratur mengkonsumsi tablet Fe

### 2. Analisis Bivariat

Analisa bivariat mendeskripsikan ada atau tidak hubungan Pola Konsumsi Tablet Fe dengan Kejadian KEK pada Ibu Hamil. Analisa bivariat dilakukan untuk membuktikan hipotesis yang telah dirumuskan dengan menggunakan uji *chi square*

**Tabel 5.4 Hubungan Pola Konsumsi Tablet Fe dengan Kejadian KEK pada Ibu Hamil.**

Kejadian KEK	Pola Konsumsi Tablet Fe				Total	
	Tidak Teratur		Teratur		n	%
	n	%	n	%		
KEK	8	20.0	5	12.5	13	32.5
Tidak KEK	0	0	27	67.5	27	67.5
<b>Total</b>	<b>8</b>	<b>20.0</b>	<b>32</b>	<b>80.0</b>	<b>40</b>	<b>100.0</b>
<b>P value = 0,000</b>						

Sumber : data primer 2023

Tabel 5.4 memperlihatkan hubungan antara Kekurangan Energi Kronis (KEK) dengan pola konsumsi tablet Fe. Tabel ini merinci jumlah responden dalam kategori KEK dan Tidak

KEK, serta seberapa banyak dari mereka yang tidak teratur dan teratur dalam mengkonsumsi tablet Fe. Dalam kelompok responden yang mengalami KEK, tabel tersebut mencatat bahwa dari total 13 responden, 8 di antaranya (20.0%) tidak teratur mengkonsumsi tablet Fe, sementara 5 responden (12.5%) teratur mengkonsumsi tablet Fe. Sementara itu, dalam kelompok responden yang tidak mengalami KEK, tabel ini menunjukkan bahwa dari total 27 responden (67.5%), tidak ada yang tidak teratur mengkonsumsi tablet Fe, sementara 27 responden (67.5%) teratur mengkonsumsi tablet Fe.

Hasil uji analisis dengan melihat nilai chi square test diperoleh nilai p value 0,000 lebih kecil dari nilai 0,05 yang artinya H<sub>0</sub> ditolak dan H<sub>a</sub> diterima atau terdapat hubungan antara kekurangan energi kronis (KEK) dengan pola konsumsi tablet Fe di Puskesmas Kurra Kabupaten Tana Toraja.

## **PEMBAHASAN**

Pada pembahasan dibahas mengenai jawaban dari hipotesis penelitian, dan menjelaskan tujuan dari hasil penelitian kemudian membandingkan dengan penelitian sebelumnya serta teori yang menunjang maupun bertolak belakang dengan hasil penelitian ini.

### **a. Gambaran Mekanisme Penelitian di Lapangan**

Langkah pertama adalah memperoleh izin penelitian yang diperlukan dari lembaga atau otoritas terkait, seperti UPT Puskesmas Madandan, kecamatan Rantetayo, Kabupaten Tana Toraja. Proses ini melibatkan mengajukan proposal penelitian, mengisi formulir permohonan izin, dan memenuhi persyaratan yang ditetapkan.

Setelah mendapatkan izin penelitian, peneliti dapat menghubungi UPT Puskesmas Madandan untuk menjelaskan tujuan penelitian dan meminta izin untuk melakukan penelitian di tempat tersebut. Peneliti juga dapat menjelaskan kepada calon responden (ibu hamil) mengenai penelitian yang akan dilakukan dan mengajak mereka untuk berpartisipasi.

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Agustus – Oktober 2023. Peneliti telah bekerjasama dengan Puskesmas Kurra beserta Ibu hamil yang tercatat pemeriksaannya di Puskesmas Kurra, Setelah menjelaskan penelitian kepada calon responden, peneliti harus memperoleh persetujuan mereka untuk berpartisipasi dalam penelitian dan melanjutkan dengan pengisian kuesioner.

### **b. Gambaran Karakteristik Umum Responden Berdasarkan Umur, Pendidikan, Pekerjaan dan Paritas**

Dari hasil penelitian pada tabel 5.1 menyajikan distribusi frekuensi karakteristik responden yang terlibat dalam penelitian ini. Informasi tersebut menggambarkan berbagai aspek seperti usia, pendidikan, pekerjaan, usia kehamilan, paritas, makanan pantangan, dan pendapatan keluarga dari total 40 responden. Dalam hal usia, mayoritas responden berada dalam rentang usia 20-29 tahun (57.5%), diikuti oleh 30-39 tahun (27.5%). Pendidikan responden menunjukkan variasi, dengan persentase tertinggi dari mereka memiliki pendidikan SMA (47.5%), diikuti oleh sarjana (17.5%). Mayoritas responden adalah Ibu Rumah Tangga (82.5%), sementara sektor swasta memiliki jumlah representatif (15.0%). Terkait usia kehamilan, sebagian besar berada pada trimester kedua (40.0%), diikuti oleh trimester ketiga (37.5%). Paritas juga menunjukkan variasi, dengan 1 orang memiliki jumlah tertinggi (42.5%), diikuti oleh 2 orang (22.5%), dan 3 orang atau lebih (35.0%). Secara menarik, mayoritas responden tidak memiliki makanan pantangan khusus (100.0%). Pendapatan keluarga juga bervariasi, dengan mayoritas memiliki pendapatan kurang dari 3.500.000 (92.5%).

Kejadian Kek dapat disebabkan oleh beberapa faktor seperti kurangnya asupan gizi, terutama protein dan zat besi, dalam makanan sehari-hari. Faktor sosial dan ekonomi, seperti kemiskinan, akses terbatas terhadap makanan yang bergizi, dan rendahnya tingkat pendidikan, kondisi kesehatan tertentu, seperti muntah-muntah yang berlebihan pada trimester pertama kehamilan, penyakit kronis, atau infeksi, kehamilan ganda, yaitu kehamilan dengan dua janin atau lebih, yang memerlukan asupan gizi yang lebih banyak

### **c. Distribusi Kekurangan Energi Kronik Pada Ibu Hamil.**

Tabel 5.2 menggambarkan distribusi responden berdasarkan status Kekurangan Energi Kronis (KEK) dalam konteks penelitian ini. Dari total 40 responden, hasil tabel menunjukkan bahwa 13 responden (32.5%) mengalami Kekurangan Energi Kronis (KEK), sementara 27 responden lainnya (67.5%) tidak mengalami KEK.

Hasil penelitian ini menggambarkan distribusi responden berdasarkan status Kekurangan Energi Kronis (KEK) di antara populasi responden yang terlibat dalam penelitian. Dari total 40 responden, bahwa proporsi sebanyak 32.5% responden yang mengalami Kekurangan Energi Kronis (KEK) dari total 40 responden dalam sampel ini mengindikasikan adanya kemungkinan penyebab yang berkontribusi terhadap kondisi tersebut. KEK umumnya terjadi karena tidak seimbangnya asupan energi dengan kebutuhan tubuh dalam jangka waktu yang lebih panjang.

Terdapat beberapa faktor yang mungkin menjadi pemicu tingginya angka KEK dalam populasi ini. Pertama, pola makan yang tidak seimbang dan tidak memenuhi kebutuhan gizi dapat menyebabkan defisit energi. Kedua, faktor sosial-ekonomi seperti pendapatan rendah dan akses terbatas terhadap makanan berkualitas dapat memengaruhi kemampuan individu dalam memenuhi asupan energi yang adekuat. Jika sebagian besar responden adalah ibu hamil, kebutuhan energi tambahan selama kehamilan juga dapat berkontribusi terhadap KEK jika tidak terpenuhi. Gangguan metabolik atau penyerapan nutrisi juga dapat memainkan peran dalam kondisi ini. Selain itu, kurangnya pengetahuan tentang gizi dan kebiasaan makan yang tidak tepat dapat menjadi faktor yang mempengaruhi pola makan dan mengarahkan pada KEK.

Di sisi lain, mayoritas responden, mencapai 67.5%, yang tidak mengalami Kekurangan Energi Kronis (KEK) menggambarkan potensi adanya faktor-faktor yang secara efektif mencegah terjadinya kondisi KEK di kalangan populasi ini. Proporsi ini mencerminkan bahwa lebih dari dua pertiga dari keseluruhan sampel responden memiliki pola makan dan asupan energi yang memadai, sehingga KEK tidak muncul sebagai masalah utama. Terdapat beberapa faktor yang dapat memberikan penjelasan atas fenomena ini. Pertama, mungkin mayoritas responden memiliki pemahaman yang baik tentang pentingnya nutrisi dan asupan gizi yang tepat. Hal ini bisa berarti bahwa mereka secara sadar membuat pilihan makanan yang mencakup berbagai nutrisi penting untuk memenuhi kebutuhan energi tubuh. Kedua, akses yang memadai terhadap makanan berkualitas dapat memberikan kontribusi penting. Responden yang memiliki akses terhadap beragam sumber makanan bergizi kemungkinan lebih mampu menjaga kecukupan asupan energi mereka.

Peneliti berasumsi bahwa proporsi yang signifikan dari responden yang tidak mengalami KEK menunjukkan bahwa sebagian besar dari mereka memiliki asupan energi yang memadai, meskipun tetap penting untuk menganalisis lebih lanjut dalam konteks faktor-faktor yang mungkin mempengaruhi kondisi ini, seperti pola makan, gaya hidup, dan faktor sosial-ekonomi.

#### **d. Distribusi Pola Konsumsi Tablet Fe Pada Ibu Hamil**

Salah satu tujuan pemberian tablet Fe adalah untuk mencegah atau mengatasi Kekurangan Energi Kronis (KEK) yang terkait dengan defisiensi zat besi. KEK adalah kondisi di mana tubuh mengalami kekurangan energi yang cukup untuk memenuhi kebutuhan fisiologis. Defisiensi zat besi dapat menyebabkan anemia, yang merupakan salah satu bentuk KEK. Anemia pada ibu hamil dan individu lainnya dapat mempengaruhi kesehatan dan kualitas hidup mereka. Oleh karena itu, tujuan pemberian tablet Fe dalam konteks KEK adalah untuk meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah dan mencegah atau mengatasi anemia yang

disebabkan oleh defisiensi zat besi. Dengan meningkatkan asupan zat besi melalui tablet Fe, diharapkan dapat mengoptimalkan status zat besi dan mencegah risiko KEK serta masalah kesehatan terkait anemia (Putra et al., 2020; Yeni Aimi et al., 2019).

Tabel 5.3 melaporkan distribusi responden berdasarkan pola konsumsi tablet FE dalam kerangka penelitian ini. Dari total 40 responden, data dalam tabel menunjukkan bahwa 8 responden (20.0%) tidak teratur mengkonsumsi tablet Fe, sementara 32 responden lainnya (80.0%) teratur mengkonsumsi tablet Fe. Pola konsumsi tablet Fe dapat bervariasi tergantung pada kebutuhan dan rekomendasi dari tenaga kesehatan. Biasanya, tablet Fe dikonsumsi sekali sehari atau sesuai dengan petunjuk yang diberikan oleh tenaga kesehatan. Dalam beberapa kasus, jika dosis harian zat besi yang diperlukan terlalu tinggi, tablet Fe mungkin dibagi menjadi beberapa dosis yang diambil dalam sehari (Munayarokh et al., 2022).

Dosis pemberian tablet Fe pada ibu hamil dapat bervariasi tergantung pada kondisi individu dan anemia yang dialami. Umumnya, dosis yang direkomendasikan adalah sekitar 30-60 mg zat besi per hari. Namun, dosis yang tepat akan ditentukan oleh tenaga kesehatan berdasarkan evaluasi kondisi kesehatan, tingkat defisiensi zat besi, dan faktor-faktor lainnya (Lestari, 2019).

Tujuan pemberian tablet Fe dalam konteks KEK adalah untuk meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah dan mencegah atau mengatasi anemia yang disebabkan oleh defisiensi zat besi. Dengan meningkatkan asupan zat besi melalui tablet Fe, diharapkan dapat mengoptimalkan status zat besi dan mencegah risiko KEK serta masalah kesehatan terkait anemia (Putra et al., 2020; Yeni Aimi et al., 2019).

#### **e. Hubungan KEK dengan Pola Konsumsi Tablet Fe**

Hasil penelitian diperoleh bahwa dari uji analisis dengan melihat nilai chi square test diperoleh nilai p value 0,000 lebih kecil dari nilai 0,05 yang artinya  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima atau terdapat hubungan antara kekurangan energi kronis (KEK) dengan pola konsumsi tablet Fe di Puskesmas Kurra Kabupaten Tana Toraja.

Kekurangan asupan zat besi pada trimester II dan III bisa meningkatkan risiko terjadinya KEK pada ibu hamil dan berdampak buruk pada janin yang dikandungnya. Oleh karena itu, penting bagi ibu hamil untuk memperhatikan asupan zat besi yang cukup selama kehamilan, terutama pada trimester II dan III, agar terhindar dari risiko KEK dan menjaga kesehatan janin yang dikandungnya (Kurniasih, 2022).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yuli Bahriah (2021) dengan metode compare melalui studi literatur didapatkan hubungan kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe dan anemia dengan Kekurangan Energi Kronik pada ibu hamil . Hal

ini disebabkan karena pola konsumsi dan absorpsi makanan yang tidak seimbang selama kehamilan, berdasarkan faktor penyebab yang dominan menyebabkan kejadian KEK pada ibu hamil adalah kejadian anemia dan dapat disebabkan karena tidak terpenuhinya zat besi dalam tubuh yang dapat diperoleh dari konsumsi tablet Fe.

Hasil penelitian bahwa terdapat korelasi yang dapat diamati antara Kekurangan Energi Kronis (KEK) dan pola konsumsi tablet Fe pada kelompok responden yang berpartisipasi dalam penelitian. Dalam kelompok yang mengalami KEK, dari total 13 responden, tercatat bahwa 8 responden (20.0%) tidak teratur dalam pola konsumsi tablet Fe, sementara 5 responden (12.5%) tidak mengalami KEK. Hal ini menunjukkan adanya keterkaitan antara KEK tidakteraturan pola konsumsi tablet Fe berpeluang menyebabkan risiko terjadinya Anemia. KEK dapat menghambat asupan zat besi dan nutrisi lainnya yang diperlukan untuk pembentukan sel darah merah, termasuk hemoglobin. Akibatnya, responden dengan KEK memiliki risiko lebih tinggi mengalami rendahnya kadar hemoglobin atau Anemia. Namun, penting untuk mengingat bahwa faktor-faktor lain seperti faktor genetik, status gizi secara umum, serta faktor-faktor medis dan lingkungan, juga dapat memengaruhi kejadian Anemia.

Penelitian lainnya oleh Andi Fatimah (2021) yang berjudul Upaya Pencegahan Kekurangan Energi Kronis (KEK) dengan kepatuhan mengkonsumsi Tablet Fe dan Asupan Makanan pada Ibu Hamil di Puskesmas Makale dengan menggunakan uji chi square didapatkan nilai  $p=0,00 < 0,05$  menunjukkan bahwa ada hubungan kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kejadian KEK pada ibu hamil.

Kepatuhan dalam mengkonsumsi tablet besi adalah kepatuhan ibu hamil melaksanakan anjuran petugas kesehatan untuk mengkonsumsi tablet Fe. Pola konsumsi tablet besi diukur dari perilaku ibu meminum tablet zat besi, mengetahui kapan mengkonsumsi zat besi, tetap meminum obat walaupun mengalami efek dari tablet zat besi seperti susah buang air besar, rasa mual dan efek normal obat lainnya. Sehingga jika ibu mengkonsumsi tablet zat besi (Fe) secara teratur dapat menghindarkan ibu dengan kejadian KEK. (Mardiatun dalam Andi Fatimah, 2021).

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian pola konsumsi tablet Fe berhubungan dengan kejadian KEK pada ibu hamil, maka dapat disimpulkan bahwa Hasil penelitian diperoleh bahwa dari uji analisis dengan melihat nilai chi square test diperoleh nilai p value 0,000 lebih kecil dari nilai 0,05 yang artinya  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima atau terdapat hubungan antara kekurangan energi kronis (KEK) dengan pola konsumsi tablet Fe di Puskesmas Kurra Kabupaten Tana Toraja.

1. Bagi Ibu Hamil: Sebagai ibu hamil, penting untuk menjaga pola makan yang seimbang dan berkualitas tinggi. Konsumsi makanan yang kaya zat besi, vitamin B12, dan asam folat akan membantu mencegah Anemia dan memastikan kesehatan darah yang baik. Konsultasikan dengan petugas kesehatan untuk mendapatkan panduan gizi yang tepat sesuai dengan kebutuhan Anda selama kehamilan.
2. Bagi Puskesmas: Puskesmas dapat lebih meningkatkan peran mereka dalam memberikan edukasi tentang pentingnya gizi yang seimbang kepada ibu hamil dan pentingnya mengkonsumsi tablet Fe yang diberikan secara teratur. Melalui klinik prenatal, puskesmas dapat memberikan informasi yang akurat dan terbaru tentang asupan gizi yang diperlukan selama kehamilan. Pemantauan kesehatan secara berkala dan penyediaan suplemen gizi yang sesuai juga akan membantu mengurangi risiko Anemia.
3. Bagi Institusi Pendidikan Kebidanan: Penting bagi institusi pendidikan kebidanan untuk menyertakan kurikulum yang mencakup pengetahuan mendalam tentang gizi dan nutrisi selama kehamilan. Para calon bidan harus dipersiapkan untuk memberikan saran dan edukasi kepada ibu hamil mengenai aspek gizi yang relevan, serta pentingnya pemantauan kesehatan selama periode kehamilan.

## DAFTAR REFERENSI

- Achadi, E. L., Nuraida, L., & Sadewa, A. H. (2021). Konsumsi tablet besi dan hubungannya dengan kejadian kekurangan energi kronis pada ibu hamil di Indonesia. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 16(1), 27–36.
- Angela Lovendra Naingalis, & Esem, O. (2023). HUBUNGAN KEPATUHAN IBU HAMIL MENGONSUMSI TABLET Fe DENGAN KEJADIAN ANEMIA : LITERATURE REVIEW. *Jurnal Maternitas Kebidanan*, 8(1), 16–25. <http://jurnal.unprimdn.ac.id/index.php/jumkep/article/view/3496/2325>
- Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan. (2021). Profil Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan. *Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan*. [https://apidinkes.sulselprov.go.id/repo/dinkes-PROFIL\\_20211.pdf](https://apidinkes.sulselprov.go.id/repo/dinkes-PROFIL_20211.pdf)
- Fitriani, Dian Afriyani, L., Diba, F., Indah Wahyuni, Y., Indriani, D., Wahyuni, T., Triani, E., Pertiwi, H., Oktafiana, Y., Sari, R., & Eka, L. (2021). Literature Review Hubungan Pengetahuan dengan KEK pada Wanita Prakonsepsi. *Procsiding 2021: Implementasi Hasil Penelitian, Pengabdian Masyarakat Dan Literature Review Dalam Bidang Kesehatan Ibu Dan Anak*, 196–204. <https://jurnal.unw.ac.id/index.php/semnasbidan/issue/view/113>
- Jaya, I. M. L. M. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif: Teori, Penerapan, dan Riset Nyata*. Anak Hebat Indonesia.

- Kurniasih, D. (2022). *Pengetahuan Ibu Hamil Trimester III tentang Anemia*. PT Nasya Expanding Management.
- Munayarokh, Herawati, T., Idhayanti, R. I., & Nikmawati, N. (2022). Pengaruh pendidikan kesehatan dengan media video terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil mengenai tablet fe di Puskesmas Puring Kabupaten Kebumen. *Juru Rawat : Jurnal Update Keperawatan*, 2(1), 18–24.
- Putra, K. A., Munir, Z., & Siam, W. N. (2020). Hubungan Kepatuhan Minum Tablet Fe dengan Kejadian Anemia (Hb) pada Remaja Putri Di SMP Negeri 1 Tapen Kabupaten Bondowoso. *Jurnal Keperawatan Profesional*, 8(1), 49–61. <https://doi.org/10.33650/jkp.v8i1.1021>
- Tarwotjo, I., & Kosen, S. (2019). Kekurangan Energi Kronis pada Ibu Hamil dan Dampaknya terhadap Kesehatan Ibu dan Janin. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 15(12), 54–61.
- Yeni Aimi, Amalia, R., & Aisyah, S. (2019). Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Ibu Hamil Trimester III Mengonsumsi Tablet Besi (Fe) di Wilayah Kerja Puskesmas Karang Mukti Kecamatan Lalan Tahun 2021. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 10(2), 1–94. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v23i1.2923>
- Andi Fatimah (2021). Upaya Pencegahan Kekurangan Energi Kronis (KEK) dengan kepatuhan mengkonsumsi Tablet Fe dan Asupan Makanan pada Ibu Hamil di Puskesmas Makale. *Media Publikasi Penelitian Kebidanan*. Vol 4 (1). <https://jurnal.institutgrahaananda.ac.id/index.php/mppk/article/download/44/36>
- Yuli Bahriah. (2020). Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe dan Anemia Terhadap Kekurangan Energi Kronis (KEK) Pada Ibu Hamil Tahun 2020. *Jurnal Kebidanan : Jurnal Ilmu Kesehatan Budi Mulia*. Vol 11 (1). <https://doi.org/10.35325/kebidanan.v11i1.254>