



Hubungan Antara Pengetahuan Gizi, Lingkar Lengan Atas Dan Sikap Konsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil

Irma Sabanita^{1*}, Wanda Lasepa¹, Rizki Rahmawati Lestari²

¹Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pahlawan, Indonesia

²Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pahlawan, Indonesia

*Penulis Korespondensi.

Email: sabanitairma1@gmail.com

ABSTRAK

Anemia pada ibu hamil masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang signifikan di Indonesia, dengan prevalensi menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 mencapai 27,7%. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara pengetahuan gizi, lingkar lengan atas (LILA), dan sikap konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) dengan kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Muara Lembu, Kabupaten Kuantan Singingi. Desain penelitian adalah kuantitatif korelasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel berjumlah 81 ibu hamil trimester II dan III yang diambil secara total sampling. Data dikumpulkan melalui kuesioner, pengukuran LILA, dan pemeriksaan kadar hemoglobin, kemudian dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji Fisher's Exact Test ($\alpha = 0,05$). Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden memiliki **pengetahuan gizi baik** sebanyak 65 orang (80,2%), sikap positif terhadap konsumsi TTD sebanyak 62 orang (76,5%), dan tidak berisiko Kekurangan Energi Kronis (KEK) berdasarkan LILA sebanyak 75 orang (92,6%). Selain itu, sebagian besar responden tidak mengalami anemia yaitu sebanyak 64 orang (79%). Uji bivariat menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan kejadian anemia ($p = 0,734$), sedangkan LILA ($p = 0,001$) dan sikap konsumsi TTD ($p = 0,003$) terbukti berhubungan signifikan dengan kejadian anemia. Terdapat hubungan yang signifikan antara LILA dan sikap konsumsi TTD dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Muara Lembu Kabupaten Kuantan Singingi. Diharapkan responden meningkatkan pengetahuan tentang gizi selama kehamilan, konsumsi makanan bergizi seimbang terutama yang kaya zat besi, rutin konsumsi tablet Fe sesuai anjuran tenaga kesehatan.

KATA KUNCI: Anemia, Ibu Hamil, Tablet Tambah Darah, Pengetahuan Gizi

ABSTRACT

Anemia among pregnant women remains a significant public health problem in Indonesia, with a prevalence of 27.7% according to the 2023 Indonesian Health Survey (Survei Kesehatan Indonesia/SKI). This study aimed to examine the associations between nutritional knowledge, mid-upper arm circumference (MUAC), and attitudes toward iron and folic acid (IFA) tablet consumption with the occurrence of anemia among pregnant women in the working area of Muara Lembu Primary Health Center, Kuantan Singingi Regency. This quantitative correlational study employed a cross-sectional design. A total of 81 pregnant women in their second and third trimesters were recruited using a total sampling technique. Data were collected through structured questionnaires, MUAC measurements, and hemoglobin examinations, and were analyzed using univariate analysis and Fisher's Exact Test with a significance level of $\alpha = 0.05$. The findings revealed that 65 respondents (80.2%) had good nutritional knowledge, 62 respondents (76.5%) demonstrated positive attitudes toward IFA tablet consumption, and 75 respondents (92.6%) were not at risk of chronic energy deficiency (CED) based on MUAC measurements. Furthermore, the majority of respondents (79.0%)

were not anemic. Bivariate analysis indicated no significant association between nutritional knowledge and anemia ($p = 0.734$). However, MUAC ($p = 0.001$) and attitudes toward IFA tablet consumption ($p = 0.003$) were significantly associated with anemia among pregnant women. In conclusion, MUAC and attitudes toward IFA tablet consumption were significantly associated with the occurrence of anemia, whereas nutritional knowledge was not. These findings suggest the importance of strengthening maternal nutritional status and promoting positive attitudes toward IFA supplementation during pregnancy. Pregnant women should be encouraged to consume a balanced diet rich in iron and to adhere to the recommended IFA supplementation provided by healthcare professionals.

KEYWORDS: Anemia, Iron Folic Acid, Nutritional Knowledge, Pregnant Women

PENDAHULUAN

Anemia dalam kehamilan didefinisikan sebagai kondisi kadar hemoglobin (Hb) di bawah 11 g/dL, yang terjadi akibat hemodilusi fisiologis maupun defisiensi zat besi selama kehamilan. Secara global, prevalensi anemia pada perempuan usia reproduktif tercatat sebesar 30,7%, dengan prevalensi pada ibu hamil yang cenderung lebih tinggi dibandingkan populasi perempuan secara umum (World Health Organization, 2025). Di Indonesia, data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 mencatat prevalensi anemia ibu hamil sebesar 48,9%, sementara Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 melaporkan penurunan menjadi 27,7%. Meskipun terjadi tren penurunan, angka tersebut masih berada di atas ambang 20% yang menjadi kriteria masalah kesehatan masyarakat menurut WHO, sehingga anemia pada ibu hamil tetap memerlukan perhatian serius (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2018; Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023).

Di Provinsi Riau, cakupan pemberian tablet tambah darah (TTD) pada ibu hamil pada tahun 2023 tercatat sebesar 76,4%, masih berada di bawah target nasional sebesar 83% (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kemenkes RI., 2019). Di Kabupaten Kuantan Singingi, data aplikasi ePPGBM menunjukkan cakupan konsumsi TTD yang lebih rendah lagi, yaitu sekitar 60,8%. Di wilayah kerja Puskesmas Muara Lembu, laporan pemeriksaan Hb sampai dengan Maret 2026 mencatat 15 dari 72 ibu hamil (20,8%) mengalami kadar Hb di bawah normal, sebuah angka yang menegaskan bahwa anemia masih menjadi persoalan gizi lokal yang relevan untuk diteliti.

Anemia pada ibu hamil dapat menimbulkan berbagai dampak baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang. Dampak jangka pendek antara lain ibu mudah merasa lelah dan lemah, pusing, sesak napas, menurunnya daya tahan tubuh, serta meningkatnya risiko perdarahan saat persalinan dan persalinan prematur. Sementara itu, dampak jangka panjang dapat berupa berat bayi lahir rendah (BBLR), gangguan pertumbuhan dan perkembangan janin, peningkatan risiko kematian ibu dan bayi, serta penurunan kualitas sumber daya manusia di masa yang akan datang. Oleh karena itu, anemia pada ibu hamil perlu dicegah melalui berbagai upaya promotif dan preventif (Mahfouz et al., 2025; Yulistiawati et al., 2023).

Secara teoretis, kejadian anemia pada ibu hamil dipengaruhi oleh banyak faktor, di antaranya asupan gizi, status gizi kronis, kepatuhan dan sikap terhadap konsumsi TTD, tingkat pendidikan, serta frekuensi pemeriksaan antenatal (Afrinis et al., 2022; Lasepa, 2025; Mudasir et al., 2024). Status gizi kronis, yang lazim dinilai melalui pengukuran lingkaran lengan atas (LILA), mencerminkan cadangan energi dan protein tubuh yang berperan dalam pembentukan hemoglobin. Ibu hamil dengan LILA di

bawah 23,5 cm dikategorikan berisiko Kekurangan Energi Kronis (KEK) (Anggriani Harahap et al., 2025).

Survei pendahuluan terhadap 10 ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Muara Lembu menemukan dua orang (20%) mengalami anemia, disertai indikasi rendahnya pemahaman mengenai kebutuhan zat besi serta ketidaknyamanan (mual) yang menyebabkan ketidakpatuhan konsumsi TTD. Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan antara pengetahuan gizi, LILA, dan sikap konsumsi TTD dengan kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Muara Lembu, Kabupaten Kuantan Singingi, Provinsi Riau.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif korelasional dengan pendekatan cross-sectional, yaitu pengukuran variabel bebas (pengetahuan gizi, LILA, sikap konsumsi TTD) dan variabel terikat (kejadian anemia) dilakukan dalam satu waktu pengamatan. Penelitian dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Muara Lembu, Kecamatan Singingi, Kabupaten Kuantan Singingi, Provinsi Riau, pada periode 13 April–4 Mei 2026.

Populasi penelitian adalah seluruh ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Muara Lembu pada periode Januari–Maret 2026 ($n = 82$). Sampel diambil menggunakan teknik total sampling dengan kriteria inklusi ibu hamil trimester II dan III yang terdaftar di wilayah tersebut dan bersedia menjadi responden, sedangkan kriteria eksklusi meliputi ibu hamil dengan penyakit kronis (misalnya talasemia atau kanker) dan yang tidak hadir saat pengambilan data. Setelah proses skrining, diperoleh 81 responden yang memenuhi syarat.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah pengetahuan gizi, LILA, dan sikap konsumsi TTD, sedangkan variabel dependen adalah kejadian anemia pada ibu hamil. Data primer dikumpulkan melalui tiga instrumen: (1) kuesioner pengetahuan gizi berisi 20 pernyataan, dikategorikan kurang ($<75\%$) dan baik ($75\text{--}100\%$); (2) kuesioner sikap terhadap konsumsi TTD, dikategorikan negatif ($\text{skor} < \text{nilai mean}$) dan positif ($\text{skor} \geq \text{nilai mean}$); dan (3) pengukuran antropometri LILA menggunakan pita ukur, dikategorikan berisiko KEK ($<23,5\text{ cm}$) dan tidak berisiko KEK ($\geq 23,5\text{ cm}$). Kadar hemoglobin diukur menggunakan alat digital hemoglobinometer (easy touch) dari sampel darah kapiler, dengan kategori anemia ($\text{Hb} < 11\text{ g/dL}$) dan tidak anemia ($\text{Hb} \geq 11\text{ g/dL}$) mengikuti ambang batas WHO.

Analisis data dilakukan secara univariat untuk mendeskripsikan distribusi frekuensi setiap variabel, dan secara bivariat menggunakan Fisher's Exact Test sebagai alternatif uji chi-square, karena terdapat sel tabel kontingensi dengan nilai harapan (expected count) kurang dari 5. Hubungan dinyatakan signifikan apabila nilai $p < 0,05$ pada tingkat kepercayaan 95%. Penelitian ini telah memperhatikan prinsip etika penelitian, termasuk informed consent dan kerahasiaan data responden (Creswell & Creswell, 2021; Resnik, 2020).

HASIL DAN PEMBAHASAN



Penelitian melibatkan 81 responden Ibu Hamil yang berada di wilayah kerja Puskesmas Muara Lembu. Karakteristik responden meliputi umur Ibu, pendidikan Ibu dan pekerjaan Ibu yang disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1 Karakteristik Responden

Kategori	n	%
Umur Ibu (tahun)		
20 - 30	54	66,7
31 – 40	27	33,3
Pendidikan Ibu		
SMP	29	36
SMA	52	64
Pekerjaan Ibu		
Bekerja	25	30,9
Tidak Bekerja	56	69,1
Total	81	100

Berdasarkan tabel 1 diketahui dari 81 responden sebagian besar memiliki pendidikan terakhir SMA yaitu sebanyak 52 orang (64,2%) sebagian besar responden tidak bekerja yaitu sebanyak 56 orang (69,1%) dan berusia 20-30 tahun sebanyak 54 orang (66,7%).

Tabel 2 Hasil Analisis Univariat

Kategori	n	%
Pengetahuan		
Baik	65	80,2
Kurang	16	19,8
Sikap Konsumsi TTD		
Positif	62	76,5
Negatif	19	23,5
Lingkar Lengan Atas		
Tidak Berisiko KEK	75	92,6
Berisiko KEK	6	7,4
Anemia		
Anemia	17	21
Tidak Anemia	64	79
Total	81	100

Berdasarkan tabel 2 dari 81 responden dapat diketahui bahwa mayoritas ibu hamil berpengetahuan baik sebanyak 65 orang (80,2%), ibu hamil bersikap positif sebanyak 62 orang (76,5%), ibu hamil tidak berisiko KEK sebanyak 75 orang (92,6%) dan ibu hamil tidak anemia sebanyak 64 orang (79%).

Tabel 3 Hubungan antara Keberagaman Pangan, Frekuensi Makan dan Ketahanan Pangan dengan Kejadian Wasting pada Balita

Variabel	Anemia n (%)	Tidak Anemia n (%)	Total n (%)	p
Pengetahuan				
Kurang	4 (25)	12 (75)	16 (100)	0,734
Baik	13 (20)	52 (80)	65 (100)	
LiLA				
KEK	6 (100)	0	6 (100)	0,001
Tidak KEK	11 (14,7)	64 (85,3)	75 (100)	
Sikap Konsumsi TTD				
Negatif	1 (5,3)	18 (94,7)	19 (100)	0,003
Positif	16 (25,8)	46 (74,2)	62 (100)	
Jumlah	17 (21)	64 (79)	81 (100)	

Berdasarkan Tabel 3 dapat diketahui bahwa tidak terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dengan kejadian anemia pada Ibu hamil yang ditunjukkan dengan nilai p-value 0,734 ($< 0,05$). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Aldania (2024) bahwa tidak terdapat hubungan antara pengetahuan Ibu dengan kejadian anemia pada Ibu hamil. Hal tersebut terjadi karena sebagian responden memiliki pengetahuan baik tentang anemia, banyak yang tidak menerjemahkannya ke dalam praktik, seperti tidak menghabiskan tablet Fe, tetap mengonsumsi teh/kopi setelah makan, dan tidak memperbaiki pola makan sehari-hari (Fera Aldania & Masruroh, 2024). Hal ini mengindikasikan bahwa pengetahuan saja tidak cukup untuk mencegah anemia bila tidak diikuti perubahan perilaku, seperti konsumsi tablet Fe yang teratur, peningkatan asupan pangan sumber zat besi dan protein, serta pengaturan jarak kehamilan.

Selain itu, penelitian ini menemukan hubungan yang signifikan antara ukuran lingkaran lengan atas (LiLa) dengan kejadian anemia pada Ibu hamil ($p < 0,05$). Beberapa penelitian menunjukkan hasil yang sejalan dengan hasil penelitian ini. Penelitian Rusdi dkk. melaporkan bahwa ibu hamil dengan LiLa $< 23,5$ cm lebih sering mengalami anemia, sedangkan LiLa $\geq 23,5$ cm berasosiasi dengan kadar hemoglobin normal ($p=0,038$), sehingga LiLa dan perubahan berat badan diidentifikasi sebagai determinan anemia dalam kehamilan. Studi lain di Jakarta Pusat juga menemukan hubungan bermakna antara LiLa dan anemia ($p=0,009$), sementara indeks massa tubuh tidak menunjukkan asosiasi signifikan, yang mengindikasikan bahwa LiLa merupakan indikator status gizi yang lebih sensitif terkait risiko anemia (Ananti & Anggraini, 2021; Rusdi et al., 2024).

Secara biologis, LiLa mencerminkan cadangan energi dan protein tubuh; LiLa yang rendah menggambarkan status gizi kurang yang dapat mengganggu ketersediaan substrat untuk pembentukan hemoglobin dan menurunkan kapasitas tubuh dalam memenuhi peningkatan kebutuhan zat besi dan protein selama kehamilan, sehingga ibu dengan LiLa kecil lebih rentan mengalami anemia. Karena itu, pengukuran LiLa yang rutin di layanan antenatal menjadi penting sebagai skrining sederhana untuk mengidentifikasi ibu hamil yang membutuhkan intervensi gizi lebih intensif guna mencegah anemia (Ananti & Anggraini, 2021; Anggrani Harahap et al., 2025).

Sikap terhadap konsumsi TTD juga berhubungan signifikan dengan kejadian anemia ($p = 0,003$). Sikap positif diduga mendorong kepatuhan konsumsi TTD sesuai anjuran tenaga kesehatan, sehingga



kebutuhan zat besi selama kehamilan lebih terpenuhi. Temuan penelitian ini yang menunjukkan adanya hubungan antara sikap konsumsi tablet tambah darah (TTD) dan kejadian anemia pada ibu hamil sejalan dengan beberapa studi sebelumnya. Penelitian di Puskesmas Suka Makmur Aceh Tenggara melaporkan bahwa konsumsi tablet zat besi berhubungan signifikan dengan anemia ($p=0,000$), di mana ibu yang tidak mengonsumsi TTD secara adekuat memiliki proporsi anemia lebih tinggi dibandingkan ibu yang konsumsi TTD-nya baik. Sehingga, sikap yang positif, seperti tidak takut efek samping dan meyakini manfaat TTD, akan mendorong ibu untuk mengonsumsi tablet secara teratur dan pada akhirnya menurunkan risiko anemia. Secara biologis, suplementasi zat besi yang patuh meningkatkan cadangan besi dan mendukung pembentukan hemoglobin, sedangkan sikap negatif yang berujung pada ketidakpatuhan membuat kebutuhan zat besi tidak tercukupi, sehingga ibu hamil tetap rentan mengalami anemia meskipun program TTD tersedia (Nurseptiana et al., 2023; Putri et al., 2023).

KESIMPULAN

Prevalensi anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Muara Lembu tercatat sebesar 21%. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan kejadian anemia, sedangkan lingkaran lengan atas/status KEK dan sikap konsumsi Tablet Tambah Darah terbukti berhubungan signifikan dengan kejadian anemia pada ibu hamil. Diperlukan penguatan program pemantauan status gizi ibu hamil melalui pengukuran LILA secara berkala, edukasi yang berorientasi pada perubahan perilaku (bukan sekadar transfer pengetahuan), serta pendampingan untuk mengatasi kendala kepatuhan konsumsi TTD seperti efek samping yang dialami ibu hamil. Penelitian lanjutan dengan desain longitudinal serta cakupan sampel yang lebih besar disarankan untuk mengonfirmasi arah kausalitas antarvariabel.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada BLUD UPTD Puskesmas Muara Lembu, seluruh responden penelitian, serta Program Studi S1 Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai atas dukungan yang diberikan selama proses penelitian.



DAFTAR PUSTAKA

- Afrinis, N., Verawati, B., Rizqi, E. R., Lasepa, W., Alini, A., & Syuryadi, N. (2022). Energy Intake and Food Restriction as Determinant Factors of Chronic Energy Deficiency among Pregnant Women in Rural Area of Sungai Sembilan, Riau, Indonesia. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 10(E), 688–692. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2022.9042>
- Ananti, R. A., & Anggraini, D. (2021). *HUBUNGAN INDEKS MASA TUBUH DAN LINGKAR LENGAN ATAS PADA IBU HAMIL DENGAN KEJADIAN ANEMIA*. 2(1).
- Anggriani Harahap, D., Afrinis, N., Lasepa, W., & Apriyanti, F. (2025). Chronic Energy Deficiency and Its Associated Factors among Pregnant Women Living in Rural Areas, Indonesia: A Community Based Study. *Jurnal Kesehatan Manarang*, 11(1), 118–124. <https://doi.org/10.33490/jkm.v11i1.1982>
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2018). *Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS)*. 44(8), 1–200. <https://doi.org/10.1088/1751-8113/44/8/085201>
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kemenkes RI. (2019). *Laporan Provinsi Riau RISKESDAS 2018*. 1–540.
- Fera Aldania & Masrurroh. (2024). Analisis Pengetahuan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Puskesmas X: Analysis of Knowledge on The Incident of Anemia in Pregnant Women at Public Health Center X. *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*, 7(1), 1–9. <https://doi.org/10.35473/ijm.v7i1.2565>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Dalam Angka* (No. 9786026376046; Vol. 01, pp. 1–68).
- Lasepa, W. R., Eka Roshifita; Rohmatillah, Laila Mardiana; Jati, Putri Zulia. (2025). Analisis Sensori dan Zat Gizi Stik Patin Kelor sebagai Camilan Sumber Zat Besi Pencegahan Anemia Remaja. *Ghidza: Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, (Vol. 9 No. 2 (2025): December), 362–368.
- Mahfouz, R., Sacre, Y., Rizk, R., Khoury-Malhame, M. E., Sawma, T., Hanna-Wakim, L., & Hoteit, M. (2025). Anemia and food insecurity: The nutritional struggles of pregnant women in Lebanon amid unprecedented crises. *BMC Nutrition*, 11(1). <https://doi.org/10.1186/s40795-025-01042-0>
- Mudasir, S., Muktar, E., & Oumer, A. (2024). The practice of key essential nutrition actions among pregnant women in southwest Ethiopia: Implications for optimal pregnancy outcomes. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 24(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s12884-024-06354-w>
- Nurseptiana, E., Lestari, F., & Lestari, U. (2023). *Hubungan Konsumsi Tablet Zat Besi Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Puskesmas Suka Makmur Aceh Tenggara Tahun 2023*. 6(1).
- Putri, P., Purnama Eka Sari, W. I., & Andini, I. F. (2023). Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Terhadap Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil. *Journal Of Midwifery*, 11(2), 280–288. <https://doi.org/10.37676/jm.v11i2.5115>
- Rusdi, W. E., Alfaridzi, A. R., Masithah, D., Farindra, I., & Farmananda, I. R. (2024). Lingkaran Atas dan Perubahan Berat Badan Sebagai Determinan Anemia pada Ibu Hamil. *Jurnal Penelitian Kesehatan “SUARA FORIKES” (Journal of Health Research “Forikes Voice”)*, 15(2). <https://doi.org/10.33846/sf15225>
- World Health Organization. (2025). *WHO global anaemia estimates* (Nos. 978-92-4-011393-0).



Yulistiawati, D., Afrinis, N., & Afiah, A. (2023). Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Anemia, Asupan FE, dan Vitamin A dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Purnama. *SEHAT: Jurnal Kesehatan Terpadu*, 2(4).