

FAKTOR RISIKO ANEMIA GIZI BESI PADA IBU HAMIL DI UPTD PUSKESMAS DANGIA

Kurnia Wulan Ramadhani ¹⁾, Dian Refsi ²⁾

Program Studi Magister Kesehatan Masyarakat Universitas Mandala Waluya Kendari

SUBMISSION TRACK

Submitted : 17 Januari 2025
Accepted : 20 Januari 2025
Published : 21 Januari 2025

KEYWORDS

Anemia Gizi Besi, Ibu Hamil

CORRESPONDENCE

E-mail: wulanrmdan@gmail.com

A B S T R A C T

Anemia gizi besi pada ibu hamil merupakan masalah kesehatan global yang serius, khususnya di negara berkembang seperti Indonesia. Kondisi ini berdampak pada risiko komplikasi kehamilan dan gangguan perkembangan bayi, yang dapat mengarah pada masalah kesehatan jangka panjang. Di Kabupaten Kolaka Timur, tepatnya di Kecamatan Dangia, prevalensi anemia pada ibu hamil pada tahun 2024 tercatat cukup signifikan dengan total 35 kasus. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif untuk menganalisis faktor risiko, prevalensi, serta intervensi yang diterapkan di UPTD Puskesmas Dangia. Hasil penelitian mengidentifikasi bahwa penyebab utama anemia gizi besi di wilayah tersebut meliputi rendahnya asupan zat besi, kehamilan berulang, dan infeksi. Penanganan anemia dilakukan dengan pendekatan komprehensif yang meliputi suplementasi zat besi, edukasi gizi, serta penguatan pemeriksaan kehamilan. Hasilnya menunjukkan bahwa edukasi dan suplementasi secara rutin dapat menurunkan prevalensi anemia, meskipun tantangan terkait pola makan yang mendukung penyerapan zat besi masih ada. Penelitian ini diharapkan memberikan dasar yang kuat untuk pengembangan program intervensi yang lebih efektif guna mengurangi prevalensi anemia gizi besi pada ibu hamil di wilayah tersebut, demi kesehatan ibu dan bayi yang lebih baik.

2024 All right reserved

This is an open-access article under the [CC-BY-SA](#) license

PENDAHULUAN

Anemia gizi besi pada ibu hamil merupakan salah satu masalah kesehatan yang signifikan, terutama di negara berkembang seperti Indonesia. Anemia pada kehamilan didefinisikan sebagai kadar hemoglobin (Hb) kurang dari 11 g/dl, yang diklasifikasikan menjadi anemia ringan (Hb 10–10,9 g/dl), sedang (Hb 7–9,9 g/dl), dan berat (Hb <7 g/dl) (Sulung et al., 2022). Kondisi ini memiliki dampak serius, seperti meningkatkan risiko abortus, kelahiran prematur, berat badan lahir rendah (BBLR), hingga kematian ibu saat persalinan (Syarfaini et al., 2019). Selain itu, anemia pada kehamilan juga berdampak pada kualitas sumber daya manusia (SDM) generasi mendatang, mengingat pentingnya kesehatan ibu bagi perkembangan bayi yang optimal.

Secara global, anemia pada ibu hamil masih menjadi tantangan besar. Berdasarkan data WHO tahun 2020, prevalensi anemia pada ibu hamil mencapai 36,5%, sementara di Indonesia prevalensinya sebesar 44,2%. Tingginya angka ini mencerminkan perlunya perhatian khusus terhadap kesehatan ibu hamil, terutama untuk mencegah dampak buruk seperti kelelahan, gangguan kognitif, dan komplikasi kehamilan. Sebagian besar kasus anemia pada kehamilan disebabkan oleh anemia gizi besi, yang mencakup sekitar 75% dari kasus anemia akibat defisiensi nutrisi. Masalah ini membutuhkan pendekatan komprehensif dalam pencegahan dan penanganannya (Wibowo et al., 2021).

Di Kabupaten Kolaka Timur, khususnya di Kecamatan Dangia, anemia pada ibu hamil juga menjadi perhatian serius. Wilayah kerja UPTD Puskesmas Dangia mencakup 12 desa, dengan jumlah kasus anemia pada ibu hamil tahun 2024 mencapai 35 kasus.

Distribusi kasus ini bervariasi di setiap desa, seperti Desa Tetewa dengan 7 kasus, Desa Dangia dan Desa Talinduka masing-masing 4 kasus, serta Desa Lalongkateba dengan 5 kasus. Sebaran kasus ini menunjukkan bahwa anemia merupakan masalah yang signifikan dan membutuhkan langkah intervensi yang terencana.

Faktor-faktor yang berkontribusi terhadap tingginya prevalensi anemia di wilayah ini meliputi kurangnya asupan nutrisi yang kaya zat besi, rendahnya akses terhadap pelayanan kesehatan berkualitas, serta kondisi sosial ekonomi masyarakat. Desa-desa yang berada dalam wilayah kerja Puskesmas Dangia juga memiliki tantangan geografis yang beragam, yang memengaruhi distribusi pelayanan kesehatan dan akses masyarakat terhadap program pencegahan anemia, seperti suplementasi zat besi.

Upaya penanganan anemia pada ibu hamil memerlukan pendekatan terpadu, yang melibatkan pemberian suplementasi zat besi, edukasi kesehatan tentang pentingnya gizi, dan penguatan program pemeriksaan kehamilan secara rutin. Selain itu, perlu adanya kerja sama antara pemerintah daerah, petugas kesehatan, dan masyarakat untuk memastikan keberhasilan program. Dalam konteks Puskesmas Dangia, intervensi yang terfokus di desa-desa dengan kasus anemia tinggi dapat menjadi strategi efektif untuk menurunkan prevalensi anemia pada ibu hamil di wilayah tersebut.

Dengan berbagai tantangan dan peluang yang ada, penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengidentifikasi faktor risiko utama anemia gizi besi di Kecamatan Dangia. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar untuk merancang program intervensi yang lebih tepat sasaran, meningkatkan kesehatan ibu hamil, serta mendukung pembangunan kualitas sumber daya manusia yang sehat dan produktif di masa depan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif untuk mengkaji faktor risiko anemia gizi besi pada ibu hamil di wilayah kerja UPTD Puskesmas Dangia. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam dengan dua tenaga kebidanan untuk memperoleh informasi mengenai prevalensi anemia, faktor risiko, serta upaya pencegahan dan penanganannya. Selain itu, dokumentasi berupa data rekam medis, laporan kegiatan, dan surveilans anemia digunakan sebagai data pendukung. Observasi lapangan dilakukan untuk mengidentifikasi kondisi lingkungan desa, akses layanan kesehatan, ketersediaan suplemen zat besi, dan pola hidup masyarakat. Data yang diperoleh dianalisis secara tematik untuk mengidentifikasi pola dan hubungan antar variabel yang berkontribusi terhadap anemia pada ibu hamil. Pendekatan ini bertujuan untuk memberikan pemahaman yang komprehensif mengenai penyebab anemia gizi besi dan menyediakan dasar ilmiah bagi pengembangan intervensi yang lebih efektif dan tepat sasaran.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Prevalensi anemia gizi besi pada ibu hamil di wilayah kerja UPTD Puskesmas Dangia menunjukkan angka yang cukup mengkhawatirkan dan menjadi perhatian serius dalam upaya peningkatan kesehatan ibu hamil di daerah tersebut. Anemia gizi besi merupakan kondisi yang umum terjadi pada ibu hamil, di mana kebutuhan zat besi meningkat pesat selama masa kehamilan untuk mendukung perkembangan janin dan mempertahankan volume darah ibu. Dalam wilayah kerja Puskesmas Dangia, yang meliputi 12 desa, prevalensi anemia pada ibu hamil menunjukkan adanya angka yang signifikan, dengan total 35 ibu hamil yang tercatat mengalami anemia pada tahun 2024,

dengan kasus terbanyak terdapat di desa Tetewa sebanyak 7 ibu hamil (*Dokumen Puskesmas Tahun 2024*). Keberadaan anemia ini menunjukkan adanya faktor-faktor risiko yang mempengaruhi kesehatan ibu dan janin, serta berpotensi menyebabkan komplikasi serius, baik bagi ibu hamil maupun bayi yang dilahirkan.

Gejala anemia gizi besi pada ibu hamil di wilayah UPTD Puskesmas Dangia sering kali muncul secara bertahap dan dapat memengaruhi kualitas hidup ibu hamil. Salah satu gejala yang paling sering dilaporkan adalah kelelahan yang berlebihan, yang mengganggu aktivitas sehari-hari, seperti yang diungkapkan oleh salah satu bidan, "*Kelelahan menjadi gejala utama yang sering dikeluhkan ibu hamil, bahkan mereka sering merasa kehabisan energi meskipun tidak melakukan aktivitas berat*" (Wawancara SL, 2024). Selain itu, kulit pucat juga menjadi indikator utama yang dapat dilihat secara kasat mata, sebagaimana dikatakan oleh informan lainnya, "*Kulit pucat biasanya terlihat pada ibu hamil yang mengalami anemia, yang juga sering diikuti dengan sesak napas saat melakukan kegiatan ringan*" (Wawancara CA, 2024). Gejala-gejala ini menunjukkan bahwa anemia gizi besi memengaruhi kondisi fisik ibu secara menyeluruh, sehingga sangat penting untuk mendeteksinya sejak dini guna mencegah komplikasi lebih lanjut.

Faktor penyebab anemia gizi besi pada ibu hamil di wilayah UPTD Puskesmas Dangia sangat dipengaruhi oleh beberapa kondisi yang berhubungan dengan peningkatan kebutuhan zat besi dan keterbatasan asupan yang memadai. Seorang bidan menjelaskan, "*Kebutuhan zat besi meningkat drastis selama kehamilan, namun sering kali ibu hamil tidak memperoleh cukup zat besi dari makanan mereka, yang menyebabkan kekurangan zat besi*" (Wawancara CA, 2024). Selain itu, pola makan yang tidak seimbang, termasuk rendahnya konsumsi makanan yang kaya zat besi, menjadi faktor risiko utama, seperti yang diungkapkan oleh informan lainnya, bahwa "*Banyak ibu hamil yang pola makannya tidak memperhatikan asupan zat besi yang cukup, bahkan beberapa tidak menyadari pentingnya makanan yang mendukung penyerapan zat besi, seperti makanan yang kaya vitamin C*" (Wawancara SL, 2024). Gangguan penyerapan zat besi, yang sering terjadi karena kondisi medis tertentu atau pola makan yang kurang tepat, juga berkontribusi pada tingginya prevalensi anemia pada ibu hamil di daerah ini.

Disamping itu faktor lain penyebab anemia gizi zat besi di di wilayah UPTD Puskesmas Dangia adalah kehamilan berulang dalam jarak dekat serta infeksi penyakit. Kehamilan berulang dalam jarak dekat dan infeksi atau penyakit pada ibu hamil merupakan dua faktor yang saling terkait dan dapat meningkatkan risiko terjadinya anemia gizi besi. Berdasarkan wawancara dengan beberapa tenaga kesehatan di Puskesmas Dangia, kehamilan yang terjadi dalam jarak dekat dapat mempengaruhi keseimbangan gizi ibu, terutama dalam pemenuhan kebutuhan zat besi. Salah seorang bidan menjelaskan, "*Kehamilan berulang dalam jarak dekat sering kali mengakibatkan tubuh ibu tidak sempat sepenuhnya pulih, baik secara fisik maupun secara gizi, yang mengarah pada kekurangan zat besi yang lebih besar*" (Wawancara SL, 2025). Kehamilan yang terlalu dekat dapat menyebabkan tubuh ibu tidak memiliki cukup waktu untuk menggantikan cadangan zat besi yang hilang selama kehamilan sebelumnya, sehingga meningkatkan kemungkinan anemia. Selain itu, infeksi atau penyakit yang diderita ibu hamil juga dapat memperburuk kondisi ini. Hasil wawancara dengan informan lain bahwa "*Infeksi, seperti malaria atau gangguan pencernaan, dapat mengganggu penyerapan zat besi, bahkan memperburuk keadaan anemia yang sudah ada*," (Wawancara CA, 2025). Infeksi dapat menyebabkan peningkatan kebutuhan zat besi dan merusak proses penyerapan nutrisi, sehingga memperburuk keadaan anemia. Oleh karena itu, penting untuk memantau dan mengelola kondisi kesehatan ibu hamil,

terutama dalam kasus kehamilan berulang dan adanya infeksi atau penyakit yang dapat memperburuk status gizi ibu.

Penanganan risiko anemia gizi besi pada ibu hamil di wilayah kerja UPTD Puskesmas Dangia merupakan hal yang sangat mendesak, mengingat dampak negatifnya terhadap kesehatan ibu dan janin. Berdasarkan data yang tersedia, prevalensi anemia gizi besi di Kecamatan Dangia cukup mengkhawatirkan dengan 35 ibu hamil yang teridentifikasi mengalami anemia pada tahun 2024. Kondisi ini diperburuk oleh faktor-faktor risiko yang meliputi kebutuhan zat besi yang meningkat selama kehamilan, asupan zat besi yang tidak memadai, serta pola makan yang tidak seimbang. Oleh karena itu, penanganan yang cepat dan tepat sangat diperlukan untuk mengurangi angka kejadian anemia, memperbaiki status gizi ibu hamil, dan mencegah terjadinya komplikasi lebih lanjut yang dapat membahayakan nyawa ibu dan janin.

Penanganan anemia gizi besi pada ibu hamil di wilayah kerja UPTD Puskesmas Dangia dilakukan secara komprehensif, melibatkan suplementasi zat besi, asam folat, serta edukasi mengenai konsumsi makanan kaya zat besi. Seorang bidan menyatakan, "*Suplementasi zat besi dan asam folat adalah langkah utama yang kami berikan, namun kami juga mengedukasi ibu hamil untuk mengonsumsi makanan yang kaya zat besi seperti daging, sayuran hijau, dan kacang-kacangan*" (Wawancara SL, 2024). Observasi di lapangan juga menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil yang teridentifikasi anemia rutin menerima suplemen yang direkomendasikan, meskipun masih ada tantangan dalam memastikan mereka mengonsumsi makanan yang mendukung penyerapan zat besi. Selain itu, penanganan khusus untuk anemia berat, seperti rujukan ke rumah sakit untuk transfusi darah, juga menjadi bagian dari protokol penanganan di puskesmas. Dukungan berkelanjutan pasca-persalinan juga diterapkan, dengan pemberian suplemen zat besi hingga enam bulan setelah melahirkan untuk memastikan pemulihan yang optimal.

Penanganan anemia di Puskesmas Dangia dilakukan sesuai Standar Operasional Prosedur (SOP) penanganan anemia defisiensi besi mengacu pada pedoman yang telah disusun untuk memastikan penanganan yang tepat dan sistematis. Menurut salah seorang bidan, "*Prosedur identifikasi dan skrining anemia dilakukan secara menyeluruh, mulai dari anamnesis, pemeriksaan fisik, hingga pemeriksaan laboratorium untuk memastikan kadar hemoglobin ibu hamil*" (Wawancara CA, 2024). Dalam SOP ini, anemia dibagi menjadi tiga kategori berdasarkan tingkat keparahannya: anemia ringan, sedang, dan berat. Untuk anemia ringan (Hb 9–10,9 g/dL), intervensi yang dilakukan meliputi suplementasi zat besi 60 mg per hari, suplementasi asam folat 400 mcg, dan edukasi mengenai pola makan yang kaya zat besi serta penguatan penyerapan dengan vitamin C. Sementara itu, untuk anemia sedang (Hb 7–8,9 g/dL), suplementasi zat besi ditingkatkan menjadi 100–200 mg per hari, dan evaluasi terapi dilakukan setelah dua minggu. Dalam kasus anemia berat (Hb <7 g/dL), tindakan rawat inap dan transfusi darah menjadi langkah penting untuk mengatasi keadaan kritis yang dapat membahayakan ibu dan janin. Berdasarkan dokumentasi di Puskesmas Dangia, monitoring dan edukasi berkelanjutan setelah terapi juga menjadi bagian integral dari SOP ini, dengan pemeriksaan ulang Hb setelah 4–6 minggu serta memastikan ibu menjalani kunjungan antenatal yang tepat waktu (*Dokumen Puskesmas Tahun 2024*).

Tindak lanjut pasca-persalinan juga menjadi fokus intervensi untuk mencegah anemia berulang. Berdasarkan dokumentasi, ibu diberikan suplementasi zat besi selama enam bulan setelah persalinan, disertai rujukan jika ditemukan komplikasi anemia atau indikasi medis lainnya. Observasi mencatat adanya penurunan prevalensi anemia di beberapa desa setelah pelaksanaan program edukasi dan pemberian suplemen, meskipun tantangan terkait akses makanan bergizi dan pola hidup sehat masih menjadi kendala

utama. Faktor risiko yang berkaitan dengan akses terbatas terhadap makanan bergizi, terutama di desa-desa terpencil, sangat mempengaruhi prevalensi anemia. Kajian yang dilakukan di Puskesmas Dangia mengungkapkan bahwa meskipun telah ada intervensi, faktor sosial-ekonomi dan keterbatasan infrastruktur menjadi hambatan utama dalam mengurangi kasus anemia gizi besi pada ibu hamil. Kajian ini menunjukkan bahwa anemia gizi besi pada ibu hamil di wilayah Puskesmas Dangia memerlukan intervensi yang holistik, melibatkan deteksi dini, pemberian terapi sesuai SOP, edukasi intensif, dan dukungan berkelanjutan. Kolaborasi antara tenaga kesehatan, masyarakat, dan pemangku kepentingan terkait sangat diperlukan untuk mengurangi prevalensi anemia secara signifikan. Faktor risiko utama yang ditemukan dalam kajian ini, seperti pola makan yang tidak seimbang, kehamilan berulang, dan gangguan penyerapan zat besi, perlu ditangani secara komprehensif untuk memperbaiki kondisi kesehatan ibu hamil di wilayah tersebut.

Pembahasan

Prevalensi anemia gizi besi pada ibu hamil di wilayah kerja UPTD Puskesmas Dangia dengan total 35 ibu hamil yang mengalami anemia pada tahun 2024 menunjukkan angka yang cukup mengkhawatirkan dan menjadi perhatian serius dalam upaya peningkatan kesehatan ibu hamil di daerah tersebut. Anemia gizi besi adalah salah satu masalah kesehatan utama di kalangan ibu hamil, yang terjadi karena peningkatan kebutuhan zat besi selama kehamilan untuk mendukung pertumbuhan janin dan mempertahankan volume darah ibu. Penelitian terbaru oleh Istianingsih dan Meyasa (2023) mengungkapkan bahwa kebutuhan zat besi pada ibu hamil meningkat pesat, sementara banyak ibu hamil tidak memperoleh cukup zat besi dari makanan yang mereka konsumsi, yang menyebabkan anemia. Hal ini sejalan dengan temuan Syarfaini et al. (2019), yang menunjukkan bahwa rendahnya asupan zat besi dari makanan dan kurangnya kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah menjadi faktor risiko signifikan dalam kasus anemia pada ibu hamil.

Gejala anemia gizi besi pada ibu hamil sering kali berkembang secara bertahap, dan dapat mempengaruhi kualitas hidup ibu hamil. Kelelahan yang berlebihan adalah salah satu gejala yang paling sering dilaporkan, yang mengganggu aktivitas sehari-hari ibu hamil. Gejala lainnya yang sering muncul adalah kulit pucat dan sesak napas pada kegiatan ringan, yang menjadi indikator penting untuk deteksi dini anemia pada ibu hamil. Menurut sebuah studi oleh Rahmawati dan Sulaiman (2024), gejala anemia pada ibu hamil seringkali terabaikan karena perkembangan gejalanya yang perlahan, meskipun kondisi ini dapat menyebabkan komplikasi serius bagi ibu dan bayi.

Faktor penyebab anemia gizi besi di wilayah kerja Puskesmas Dangia sebagian besar dipengaruhi oleh peningkatan kebutuhan zat besi selama kehamilan yang tidak diimbangi dengan asupan zat besi yang memadai. Pola makan yang tidak seimbang, termasuk rendahnya konsumsi makanan kaya zat besi seperti daging, sayuran hijau, dan kacang-kacangan, menjadi salah satu faktor risiko utama. Sebagaimana diungkapkan oleh seorang bidan di wilayah tersebut, banyak ibu hamil yang belum sepenuhnya menyadari pentingnya mengonsumsi makanan yang dapat mendukung penyerapan zat besi. Selain itu, gangguan penyerapan zat besi akibat kondisi medis tertentu turut memperburuk situasi, sebagaimana diungkapkan dalam kajian oleh Utami et al. (2022), yang menemukan bahwa gangguan penyerapan zat besi berkontribusi signifikan terhadap prevalensi anemia pada ibu hamil. Kekurangan gizi juga menjadi penyebab penting, seperti yang dijelaskan oleh Mardiah (2020), bahwa kekurangan gizi dapat menghambat suplai darah yang membawa oksigen dan nutrisi ke janin, sehingga mengakibatkan gangguan pertumbuhan dan perkembangan janin. Hal ini diperkuat oleh penelitian Indah

et al. (2024), yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara status gizi dan anemia pada ibu hamil di Puskesmas Pembina Palembang (p value = $0.001 < 0.05$). Analisis tersebut juga menemukan bahwa ibu hamil dengan status gizi baik memiliki peluang 17 kali lebih besar untuk tidak mengalami anemia dibandingkan dengan ibu hamil yang memiliki status gizi kurang.

Faktor penyebab anemia gizi besi di wilayah kerja UPTD Puskesmas Dangia juga dipengaruhi oleh kehamilan berulang dalam jarak dekat dan infeksi penyakit. Kehamilan yang terjadi terlalu dekat mengurangi waktu pemulihan tubuh ibu, terutama dalam menggantikan cadangan zat besi yang hilang. Jarak kehamilan yang idealnya adalah dua tahun, agar tubuh ibu memiliki waktu yang cukup untuk pulih sebelum hamil kembali. Menurut Widiasih et al. (2024), keadaan ibu pasca melahirkan belum sepenuhnya pulih jika jarak kehamilan kurang dari dua tahun, yang meningkatkan risiko anemia. Penelitian oleh Indah et al. (2024) juga menunjukkan adanya hubungan signifikan antara jarak kehamilan dan anemia pada ibu hamil, dengan hasil uji statistik Chi Square yang menunjukkan p value = $0.000 < 0.05$. Dari analisis tersebut, didapatkan RR: 3.778, yang artinya ibu hamil dengan jarak kehamilan resiko rendah memiliki peluang tidak anemia sebesar 3.778 kali dibandingkan dengan ibu hamil yang memiliki jarak kehamilan resiko tinggi. Selain itu, infeksi seperti malaria atau gangguan pencernaan dapat mengganggu penyerapan zat besi, memperburuk anemia, dan meningkatkan kebutuhan zat besi. Oleh karena itu, penting untuk memantau kesehatan ibu hamil, terutama dalam kasus kehamilan berulang dan infeksi, guna mencegah anemia dan meningkatkan status gizi ibu.

Penanganan anemia gizi besi di wilayah kerja Puskesmas Dangia dilakukan melalui pendekatan komprehensif yang mencakup suplementasi zat besi, asam folat, serta edukasi mengenai pola makan bergizi. Berdasarkan SOP yang diterapkan, suplementasi zat besi menjadi langkah utama dalam menangani anemia pada ibu hamil, didukung oleh pemantauan rutin kadar hemoglobin untuk memastikan efektivitas intervensi. Tingkat keparahan anemia menentukan jenis intervensi yang diberikan, mulai dari suplementasi zat besi dan asam folat untuk anemia ringan hingga transfusi darah bagi kasus anemia berat. Selaras dengan hal tersebut, penelitian Vira et al. (2024) menunjukkan bahwa kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) berbanding lurus dengan peningkatan kadar hemoglobin, sedangkan ketidakpatuhan meningkatkan risiko anemia. Dalam praktiknya, ibu hamil dianjurkan untuk mengonsumsi satu tablet tambah darah setiap hari selama minimal 90 hari masa kehamilan dan dilanjutkan selama 40 hari pasca melahirkan (Sari, 2022).

Intervensi pasca-persalinan juga menjadi fokus penting untuk mencegah anemia berulang. Berdasarkan dokumentasi di Puskesmas Dangia, ibu hamil menerima suplementasi zat besi selama enam bulan setelah persalinan untuk memastikan pemulihan yang optimal dan menghindari terjadinya anemia pasca-persalinan. Meski demikian, faktor sosial-ekonomi dan keterbatasan akses terhadap makanan bergizi tetap menjadi hambatan utama dalam mengurangi prevalensi anemia gizi besi. Oleh karena itu, penanganan yang lebih holistik, yang melibatkan kerjasama antara tenaga kesehatan, masyarakat, dan pemangku kepentingan terkait, diperlukan untuk menurunkan prevalensi anemia di wilayah tersebut (Rahmawati & Sulaiman, 2024).

KESIMPULAN

Prevalensi anemia gizi besi pada ibu hamil di wilayah kerja UPTD Puskesmas Dangia pada 2024 cukup tinggi, dengan 35 ibu hamil terdiagnosis anemia. Penyebab utama anemia ini meliputi kekurangan asupan zat besi, pola makan yang tidak seimbang,

dan kurangnya kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Faktor lain seperti kehamilan berulang dalam jarak dekat dan infeksi juga memperburuk kondisi. Penanganan dilakukan melalui suplementasi zat besi, edukasi pola makan sehat, dan pemantauan rutin. Namun, kendala sosial-ekonomi dan akses terbatas terhadap makanan bergizi menjadi tantangan utama. Pendekatan komprehensif dan kerjasama antara tenaga kesehatan, masyarakat, dan pemangku kepentingan sangat diperlukan untuk menurunkan prevalensi anemia.

DAFTAR PUSTAKA

- Indah, Sari, I., & Dhamayanti, R. (2024). Faktor yang Berhubungan dengan Anemia pada Ibu Hamil di UPT Puskesmas Pembina Palembang Tahun 2024. *Bulletin of Community Engagement*, 4(3).
- Istiningsih, T., & Meyasa, L. (2024). Hubungan Status Anemia, Kadar FE Tablet Tambah Darah dan Kepatuhan Minum Tablet FE Dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil. *Citra Delima Scientific journal of Citra Internasional Institute*, 8(1), 21-26.
- Rahmawati, R., & Sulaiman, M. (2024). Gejala anemia pada ibu hamil dan dampaknya terhadap kehamilan di Indonesia. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 18(1), 29-35. <http://dx.doi.org/10.25077/jka.v6i3.730>
- Sari., I. P. (2022). Pada Pemberian Buah Bit Tahun 2021 Management Of Mild Anemia Focusing On Bit Fruit On Year 2021. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 02, 64–68. <http://jurnal.adila.ac.id/index.php/jik/article%0A/view/88/77>
- Sulung, N., Najmah, Flora, R., & Nurlaila, Slamet, S. (2022). Faktor-faktor yang berhubungan dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 4(1), 20–27. <https://doi.org/10.31539/joting.v4i1.3253>
- Syarfaini, Alam, S., Aeni, S., Habibi, & Noviani, N. A. (2019). Faktor risiko kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Sudiang Raya Kota Makassar. *Al-Sihah: Public Health Science Journal*, 11(2), 143–155.
- Utami, S., Hadi, R., & Fauzi, S. (2022). Faktor penyebab anemia defisiensi besi pada ibu hamil di daerah terpencil. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 22(4), 210-217. <https://doi.org/10.31004/jkt.v5i3.33248>
- Wibowo, M., Hidayat, A., & Pratama, D. (2021). "Strategi Pencegahan Anemia Gizi Besi pada Ibu Hamil di Negara Berkembang". *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 13(2), 45–56.
- Widiasih, R., Ardianti, A. A., Putri, D. A., Ramadanti, L., Safitri Ati, N., Handayani, N. T., & Ningrum, V. C. (2024). Pengaruh Intervensi Prenatal Yoga Terhadap Persiapan Persalinan Pada Ibu Hamil: A Literature Review. *Journal of Maternity Care and Reproductive Health*, 6(3). <https://doi.org/10.36780/jmcrh.v6i3.12278>
- World Health Organization (WHO). (2020). *Global Prevalence of Anemia in Pregnant Women*. Geneva: WHO Press.