MANUSKRIP

GAMBARAN PERILAKU PENYEBAB ANEMIA PADA IBU HAMIL DI PUSKESMAS BANGKALAN

Oleh :

MUKARROMAH

NIM: 22153010025

NHM
Universitas Noor Huda Mustofa

PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN

UNIVERSITAS NOOR HUDA MUSTOFA

2026

HALAMAN PERSETUJUAN

GAMBARAN PERILAKU PENYEBAB ANEMIA PADA IBU HAMIL DI PUSKESMAS BANGKALAN

NASKAH PUBLIKASI

Oleh :

MUKARROMAH

NIM: 22153010025

NHM
Universitas Nooe Huda Mustofa

Bangkalan, 24 Juni 2026

Pembimbing



Bdn. Dwi Wahyuning Tiyas, M.PH

NIDN. 0727048401

GAMBARAN PERILAKU PENYEBAB ANEMIA PADA IBU HAMIL DI PUSKESMAS BANGKALAN

Mukarromah[1], Bdn. Dwi Wahyuning Tiyas, M.PH[2]
1) Mahasiswa S1 Kebidanan Universitas Noor Huda Mustofa
2) Dosen Kebidanan Universitas Noor Huda Mustofa
Email : mukaromahwamah@gmail.com

ABSTRAK

Anemia pada ibu hamil merupakan masalah kesehatan yang sering terjadi dan berdampak buruk kesehatan ibu dan janin. Berdasarkan studi pendahuluan di Puskesmas Bangkalan menunjukkan sebagian besar ibu hamil pada bulan Mei-Oktober tahun 2025 45% ibu hamil yang mengalami anemia. Perilaku ibu hamil sangat berpengaruh pada kejadian anemia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran perilaku penyebab anemia pada ibu hamil di Puskesmas Bangkalan.

Desain penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif kuantitatif. Populasi Pada penelitian ini adalah ibu hamil yang mengalami anemia sejumlah 35 ibu hamil. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling sesuai kriteria penelitian. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner perilaku dengan menggunakan 3 domain yaitu pengetahuan, sikap, tindakan yang meliputi kepatuhan konsumsi tablet Fe, pemeriksaan (ANC), pemeriksaan hemoglobin (Hb), serta pemenuhan gizi seimbang. Data dianalisis secara deskriptif dan disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi, penelitian ini sudah melakukan kelaikan etik NO: 3166/KEPK/UNIV-NHM/EC/III/2026.

Berdasarkan tabel distrubusi frekuensi menunjukkan ibu hamil sebagian besar mempunyai perilaku positif sejumlah (62.9%), dan hampir setengahnya ibu hamil yang mengalami perilaku negatif sejumlah (37.1%).

Ibu hamil yang memiliki perilaku positif dalam penyebab anemia dapat di pengaruhi oleh usia kehamilan di TM III sehingga di dapatkan kejadian anemia fisiologis oleh karena itu di butuhkan pengkajian yang komprehensif dalam kejadian anemia pada ibu hamil.

Kata Kunci : Anemia Kehamilan, Ibu hamil, Perilaku.

NHM
Universitas Noor Huda Mustofa

THE DESCRIPSION OF ANEMIA EXHIBITED BEHAVIOR AMONG PREGNANT WOMEN AT BANGKALAN HEALTH CENTER

Mukarromah[1], Bdn. Dwi Wahyuning Tiyas, M.PH[2]
1) S1 Midwifery students of Universitas Noor Huda Mustofa
2) Midwifery lecturer of Universitas Noor Huda Mustofa
Email : mukaromahwamah@gmail.com

ABSTRACT

Anemia in pregnant women is a common health problem that adversely affects the health of both the mother and the fetus. A preliminary study at the Bangkalan Community Center showed that 45% of pregnant women between May and October 2025 suffered from anemia. The behaviors of pregnant women have a significant impact on the incidence of anemia. This study aims to determine the behavioral factors contributing to anemia among pregnant women at the Bangkalan Community Center.

This study employed a quantitative descriptive research design. The population in this study consisted of 35 pregnant women suffering from anemia. The sampling technique used was total sampling based on the study criteria. The research instrument was a behavioral questionnaire covering three domains: knowledge, attitude, and behavior, which included adherence to iron tablet consumption, antenatal care (ANC) visits, hemoglobin (Hb) testing, and adherence to a balanced diet. Data were analyzed descriptively and presented as frequency distributions. This research has been carried out Ethical clearance test with number 3166/KEPK/UNIV-NHM/EC/III/2026.

Based on the frequency distribution table, 62.9% of pregnant women exhibited positive behavior, while 37.1% exhibited negative behavior.

Pregnant women who exhibit risk factors for anemia may be affected by the stage of pregnancy in the third trimester, leading to the development of physiological anemia; therefore, a comprehensive assessment of anemia in pregnant women is necessary.

Keywords: Pregnancy Anemia, Pregnant Women, Behavior.

NHM
Universitas Noor Huda Mustofa

PENDAHULUAN

Anemia pada kehamilan merupakan kondisi ketika kadar hemoglobin (Hb) dalam darah berada di bawah nilai normal, yaitu kurang dari 11 g/dL pada trimester pertama (tiga bulan pertama kehamilan) atau kurang dari 10,5 g/dL pada trimester kedua (usia kehamilan 4–6 bulan) (Hana Kristiani, 2022). Kondisi ini umumnya terjadi akibat kekurangan zat besi dalam tubuh. Defisiensi zat besi dapat disebabkan oleh rendahnya konsumsi makanan yang mengandung zat besi, asupan makanan yang mencukupi tetapi memiliki kandungan zat besi yang rendah sehingga penyerapan zat besi tidak optimal, serta kebiasaan mengonsumsi makanan yang mengandung zat penghambat penyerapan (absorpsi) zat besi.

Berdasarkan data WHO memperkirakan terdapat sekitar 32% wanita hamil di seluruh dunia menderita anemia (WHO, 2024). Di Indonesia, Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 menemukan bahwa 27,7% ibu hamil mengalami anemia, dengan prevalensi tertinggi pada kelompok usia 35–44 tahun (39,6%), diikuti oleh kelompok usia 25–34 (31,4%) (Kemenkes RI, 2023). Sedangkan di Jawa Timur pada tahun 2022 ibu hamil yang mengalami anemia sebesar 10,7%, dan di Kabupaten Bangkalan sebesar 10,3%.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada bulan oktober dipuskesmas Bangkalan, pada bulan mei s/d oktober tahun 2025 dari 172 ibu hamil yang berkunjung di puskesmas bangkalan terdapat 77 ibu hamil yang mengalami anemia(45%) faktor penyebab terjadinya kejadian anemia tersebut di karenakan ibu hamil di puskesmas bangkalan kurang terhadap perilaku pencegahan anemia.

Faktor penyebab anemia pada ibu hamil terdiri atas faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi peningkatan volume plasma serta perubahan fisiologis selama kehamilan yang menyebabkan meningkatnya kebutuhan zat besi dan asam folat (Fekadie, 2025). Selain itu, faktor genetik dan metabolik, seperti gangguan saluran pencernaan yang menghambat penyerapan zat besi, juga berkontribusi terhadap terjadinya anemia (El Idrissi, 2025). Perubahan hormonal selama kehamilan dapat memengaruhi proses pembentukan sel darah merah, terutama pada ibu dengan status gizi kurang atau infeksi kronis ringan (Santoso & Arifah, 2025). Sementara itu, faktor eksternal meliputi perilaku pencegahan anemia, termasuk rendahnya kepatuhan ibu dalam mengonsumsi suplemen zat besi dan asam folat selama kehamilan (Azmi & Puspitasari, 2022; Thirarini, 2023).

Faktor eksternal yang memengaruhi terjadinya anemia pada ibu hamil meliputi asupan nutrisi yang tidak memadai, terutama rendahnya konsumsi makanan yang mengandung zat besi, asam folat, dan vitamin B12 (Zhang, 2023). Selain itu, kondisi sosial ekonomi dan tingkat pendidikan yang rendah dapat membatasi akses ibu terhadap makanan bergizi dan layanan kesehatan (Sugesti, 2025). Dukungan sosial dari pasangan, keluarga, dan lingkungan juga berperan dalam mendorong perilaku hidup sehat selama kehamilan (Azmi & Puspitasari, 2022). Di samping itu, keterbatasan akses terhadap pelayanan kesehatan dapat menyebabkan anemia pada ibu hamil tidak terdeteksi sejak dini (Sugesti, 2025).

Anemia pada ibu hamil dapat menimbulkan berbagai dampak bagi ibu maupun janin. Pada ibu, anemia menyebabkan berkurangnya kemampuan darah mengangkut oksigen sehingga memicu kelelahan, pusing, sesak napas, penurunan daya tahan tubuh, bahkan gagal jantung pada kasus yang berat (Means, 2020). Pada janin, anemia meningkatkan risiko berat badan lahir rendah (BBLR), kelahiran prematur, gangguan pertumbuhan janin (IUGR), hipoksia kronis, serta gangguan perkembangan sistem saraf akibat kurangnya suplai

oksigen (Zhao et al., 2022; Means, 2020). Dalam jangka panjang, anemia dapat memengaruhi kualitas ASI, menghambat pemulihan ibu setelah persalinan, serta meningkatkan risiko gangguan perkembangan kognitif dan metabolik pada anak (Means, 2020).

Upaya pencegahan anemia pada ibu hamil dapat dilakukan melalui penerapan perilaku hidup sehat, seperti mengonsumsi makanan bergizi seimbang, patuh mengonsumsi tablet zat besi (Fe), melakukan pemeriksaan kehamilan secara rutin, serta meningkatkan pengetahuan tentang anemia. Penerapan perilaku tersebut secara konsisten terbukti dapat meningkatkan kadar hemoglobin dan menurunkan risiko anemia pada ibu hamil (Khani Jeihooni, Rakhshani, & Harsini, 2021).

Salah satu perilaku utama yang berperan adalah konsumsi makanan bergizi seimbang dan kaya zat besi. Zat besi heme yang berasal dari daging merah, hati ayam, dan ikan memiliki daya serap lebih tinggi dibandingkan zat besi non-heme dari sayuran hijau dan kacang-kacangan. Asupan vitamin C dapat meningkatkan penyerapan zat besi, sementara konsumsi teh, kopi, dan makanan tinggi kalsium perlu dihindari karena dapat menghambat absorpsi zat besi (Souganidis, Sun, De Pee, & Kraemer, 2021).

Kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet zat besi (Fe) merupakan salah satu faktor penting dalam pencegahan anemia. Edukasi kesehatan yang diberikan secara berkelanjutan, termasuk melalui media digital, dapat meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet Fe sehingga menurunkan risiko anemia (Arifah, Pambarep, & Khoiriyah, 2023). Selain itu, pemeriksaan kehamilan (antenatal care/ANC) secara rutin berperan dalam mendeteksi anemia sejak dini, memantau kondisi kesehatan ibu, serta memberikan edukasi dan suplementasi yang diperlukan (Balcha, Eteffa, & Tesfu, 2023). Dukungan dari keluarga dan lingkungan juga mendorong ibu untuk menerapkan pola makan sehat dan patuh mengonsumsi tablet Fe (Khani Jeihooni et al., 2021). Oleh karena itu, pengetahuan, kepatuhan, pemeriksaan ANC, dan dukungan sosial merupakan faktor penting dalam pencegahan anemia pada ibu hamil.

Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai Gambaran Perilaku Penyebab Anemia pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Bangkalan.

METODE

Desain penelitian ini menggunakan deskriptif kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah 35 ibu hamil anemia yang melakukan pemeriksaan dibulan April-Mei di Puskesmas Bangkalan. Variabel dalam penelitian ini adalah Variabel tunggal perilaku penyebab anemia pada ibu hamil. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner perilaku penyebab anemia pada ibu hamil yang telah melalui uji validitas dan reabilitas. Analisa data menggunakan Tabel Distribusi frekuensi.

HASIL

1. Hasil Data Umum

Tabel 1. Distribusi frekuensi ibu hamil anemia berdasarkan usia di Puskesmas Bangkalan.

Usia	Frekuensi	Persentase (%)
<20 th >35 th (Beresiko)	4	11.4
20-35 th (Tidak beresiko)	31	88.6
Total	35	100

Sumber:data primer, mei 2026

Berdasarkan tabel 1. di atas di dapatkan data usia ibu hamil yang mengalami anemia hampir seluruhnya berusia 20-35 th (Tidak beresiko) sejumlah 31(88.6%).

Tabel 2. Distribusi frekuensi ibu hamil anemia berdasarkan pendidikan di Puskesmas Bangkalan

Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
Dasar	8	23
Menengah	22	63
Perguruan tinggi	5	14
Total	35	100

Sumber:data primer, mei 2026

Berdasarkan tabel 2. di atas menunujukan jenis Pendidikan terakhir ibu hamil anemia di Puskesmas Bangkalan sebagian besar menengah (SMA/SMK) sejumlah 22 (63 %).

Tabel 3. Distribusi frekuensi ibu hamil anemia berdasarkan pekerjaan di Puskesmas Bangkalan

Pekerjaan ibu	Frekuensi	Persentase (%)
Ibu rumah tangga	32	91
Guru	1	3
Bidan	1	3
Wiraswasta	1	3
Total	35	100

Sumber:data primer, mei 2026

Berdasarkan tabel 3. di atas menunjukan hampir seluruhnya pekerjaan ibu hamil anemia adalah ibu rumah tangga sejumlah 32(91.4%).

Tabel 4. Distribusi frekuensi suami berdasarkan pekerjaan di Puskesmas Bangkalan

Pekerjaan suami	Frekuensi	Persentase (%)
Swasta	13	37.1
Wiraswasta	14	40
Kuli bangunan	2	5.7
Nelayan	4	11.4
Arsitek	1	2.9
Guru	1	2.9
Total	35	100

Sumber:data primer, mei 2026

Berdasarkan tabel 4. di atas menunjukkan hampir setengahnya pekerjaan suami berstatus wiraswasta sejumlah 14 (40.0%).

Tabel 5. Distribusi frekuensi ibu hamil anemia berdasarkan kriteria anemia di Puskesmas Bangkalan

Anemia	Frekuensi	Persentase(%)
10.0-10.9 g/dl (anemia ringan)	26	74.3
7.0-9.9 g/dl (anemia sedang)	9	25.7
Total	35	100

Sumber:data primer, mei 2026

Berdasarkan tabel 4.5 di atas menunjukan sebagian besar ibu hamil mengalami anemia ringan sejumlah 26 (74.3%).

Tabel 6. Distribusi frekuensi ibu hamil anemia berdasarkan usia kehamilan di Puskesmas Bangkalan

Usia kehamilan	Frekuensi	Persentase (%)
1-13 minggu (Trimester 1)	4	11.4
14-26 minggu (Trimester 2)	8	22.9
27-40 Minggu (Trimester 3)	23	65.7
Total	35	100

Sumber:data primer, mei 2026

Berdasarkan tabel 5 di atas menunjukkan sebagian besar ibu hamil yang mengalami anemia terdapat pada ibu hamil trimester 3 sejumlah 23(65.7%).

2. Hasil Data Khusus

Tabel 7. Distribusi frekuensi ibu hamil anemia berdasarkan kuisoner perilaku di Puskesmas Bangkalan

Kuisoner perilaku	Frekuensi	Persentase (%)
Positif	22	62.9
Negatif	13	37.1
Total	35	100

Sumber:data primer, mei 2026

Berdasarkan table 7. di atas menunjukkan pada kuisoner perilaku menunjukkan sebagian besar memiliki perilaku positif 22 (62.9%).

Tabel 8. Distribusi frekuensi ibu hamil anemia berdasarkan kuisoner pengetahuan, sikap, dan tindakan di Puskesmas Bangkalan.

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
Positif	27	77.1
Negatif	8	22.9
Total	35	100
Sikap	Frekuensi	Persentase (%)
Positif	22	62.9
Negatif	13	37.1
Total	35	100
Tindakan	Frekuensi	Persentase (%)
Positif	23	65.7
Negatif	12	34.3
Total	35	100

Sumber:data primer, mei 2026

Berdasarkan table 8. di atas menunjukkan pada kuisoner pengetahuan hampir seluruh responden memiliki pengetahuan yang positif sejumlah 27(77.1%),

sedangkan pada kuisoner sikap sebagian besar memiliki sikap positif sejumlah 22(62.9%). Dan juga pada kuisoner tindakan di dapatkan sebagian besar mempunyai perilaku positif sejumlah 23(65.7%).

PEMBAHASAN

Gambaran Perilaku Penyebab Anemia Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Bangkalan

Berdasarkan hasil penelitian di dapatkan hampir setengahnya ibu hamil memiliki perilaku negatif sejumlah 13 (37.1%). hasil ini Berdasarkan hasil rekapitulasi kuisoner pengetahuan, sikap maupun tindakan, pada kuisoner pengetahuan di dapatkan sebagian kecil ibu hamil memiliki pengetahuan negatif sejumlah 8 (22.9%). hal ini di karenakan kurangnya pengetahuan ibu tentang perlunya periksa kehamilan jika merasa lemah atau pusing saja serta ibu hamil juga merasa jika tidak pusing tidak perlu periksa Hb. Dibuktikan dengan hasil jawaban kuisoner pada pertanyaan negatif no 2 dan 4 yang berisi tentang ibu hanya perlu periksa kehamilan jika merasa pusing atau lemah saja serta ibu hamil yang tidak merasa pusing tidak perlu periksa Hb. Kondisi ini mencerminkan bahwa ibu hamil belum sepenuhnya sadar akan pentingnya dalam melakukan kunjungan ANC serta melakukan pemeriksaan Hb yang sudah ada di Puskesmas Bangkalan.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori Lawrence Green yang menyatakan bahwa pengetahuan merupakan faktor predisposisi yang memengaruhi perilaku kesehatan seseorang. Semakin tinggi tingkat pengetahuan, semakin besar kemungkinan seseorang untuk menerapkan perilaku kesehatan yang baik, seperti memanfaatkan layanan antenatal care (ANC) dan melakukan pemeriksaan hemoglobin (Hb) secara rutin. Sebaliknya, pengetahuan yang rendah dapat mengurangi kesadaran dalam melakukan upaya pencegahan dan deteksi dini masalah kesehatan (Green & Kreuter, 2024).

Selain itu, teori perilaku kesehatan dari Notoatmodjo menjelaskan bahwa pengetahuan merupakan domain penting yang mendasari terbentuknya tindakan seseorang. Pengetahuan yang baik mengenai manfaat pemeriksaan kehamilan dan pemeriksaan Hb akan mendorong ibu hamil untuk melakukan kunjungan ANC secara teratur. Sebaliknya, apabila pengetahuan masih rendah, ibu cenderung hanya mencari pelayanan kesehatan ketika muncul keluhan atau gejala tertentu (Notoatmodjo, 2014).
Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Elba (2022) yang menunjukkan bahwa pengetahuan ibu hamil berhubungan secara signifikan dengan perilaku kunjungan antenatal care (ANC) (p=0,006). Ibu hamil yang memiliki pengetahuan lebih baik cenderung lebih patuh melakukan pemeriksaan kehamilan. Pengetahuan yang memadai juga meningkatkan kesadaran ibu untuk memanfaatkan layanan kesehatan sebagai upaya deteksi dini anemia dan komplikasi selama kehamilan.

Menurut peneliti, masih adanya ibu hamil dengan tingkat pengetahuan yang rendah menunjukkan bahwa pemahaman mengenai pentingnya pemeriksaan kehamilan dan pemeriksaan hemoglobin (Hb) secara rutin belum optimal. Sebagian ibu hanya melakukan pemeriksaan saat mengalami keluhan, padahal anemia pada kehamilan sering tidak menunjukkan gejala pada tahap awal. Kondisi ini dapat menyebabkan keterlambatan deteksi anemia dan meningkatkan risiko komplikasi. Oleh karena itu, tenaga kesehatan perlu memberikan edukasi yang lebih intensif dan berkesinambungan tentang pentingnya kunjungan ANC

dan pemeriksaan Hb secara rutin, meskipun ibu hamil tidak mengalami keluhan.

Di dapatkan juga dari hasil penelitian yang dilakukan, didapatkan hasil rekapan kuesioner sikap hampir setengahnya ibu hamil anemia memiliki sikap yang negatif sejumlah 13 ibu hamil (37.1%). Hal ini di keranakan ibu hamil merasa cukup periksa kehamilan jika ada keluhan, serta ibu hamil kebanyakan tidak suka mengkonsumsi tablet fe karena efek sampinya. Di buktikan dengan hasil kuisoner pada pertanyaan no 2 dan 8 tentang kunjungan ANC ibu hamil yang merasa ibu hamil cukup periksa ke bidan jika merasa lemah atau pusing serta keteraturan dalam konsumsi tablet Fe, ibu hamil tidak suka mengkonsumsi tablet Fe di karenakan rasanya tidak enak. Kondisi ini mencerminkan sikap ibu hamil yang kurang dalam kunjungan ANC dan keteraraturan dalam mengkonsumsi tablet Fe sehingga ibu hamil hamil mengalami anemia.

Temuan ini sejalan dengan *Theory of Planned Behavior (TPB)* yang dikemukakan oleh Ajzen, yang menyatakan bahwa sikap seseorang memengaruhi niat dan perilakunya. Sikap yang positif akan mendorong individu untuk melakukan perilaku kesehatan, sedangkan sikap negatif dapat mengurangi motivasi untuk melakukannya. Dalam penelitian ini, sikap negatif terhadap kunjungan ANC dan konsumsi tablet Fe dapat menyebabkan rendahnya kepatuhan ibu hamil dalam menjalani pemeriksaan kehamilan serta mengonsumsi tablet Fe secara teratur, sehingga meningkatkan risiko anemia.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Nurul Ariningtyas dkk. (2024) yang menunjukkan bahwa 35% ibu hamil memiliki sikap kurang baik terhadap konsumsi tablet Fe. Temuan tersebut menunjukkan bahwa masih terdapat ibu hamil dengan sikap negatif terhadap upaya pencegahan anemia, yang dapat memengaruhi kepatuhan dalam mengonsumsi tablet Fe. Hasil ini mendukung penelitian ini, di mana hampir setengah ibu hamil anemia memiliki sikap negatif terhadap kunjungan ANC dan konsumsi tablet Fe.

Menurut peneliti, sikap negatif ibu hamil dapat disebabkan oleh kurangnya pemahaman tentang manfaat kunjungan ANC dan konsumsi tablet Fe, pengalaman efek samping tablet Fe, serta rendahnya motivasi dalam mencegah anemia. Padahal, pemeriksaan kehamilan secara rutin dan kepatuhan mengonsumsi tablet Fe sangat penting untuk menjaga kesehatan ibu dan janin serta mencegah anemia. Oleh karena itu, diperlukan edukasi yang lebih intensif dari tenaga kesehatan mengenai manfaat ANC, pentingnya konsumsi tablet Fe, dan cara mengatasi efek sampingnya agar terbentuk sikap yang lebih positif terhadap pencegahan anemia.

Berdasarkan hasil penelitian di dapatkan pada kuisoner tindakan di dapatkan tindakan ibu hamil anemia hampir seluruhnya mempunyai Tindakan yang negatif sejumlah 12 (34.3%). Hal ini di karenakan karena ibu hamil datang periksa jika ada keluhan saja, juga ibu hamil melewatkan pemeriksaan Hb serta tidak menjaga makanan yang bergizi seimbang untuk ibu hamil. Di buktiakn dengan hasil kuisoner pada pertanyaan negatif no 2,4 dan 6 tentang periksa kehamilan saat kemah atau pusing, ibu hamil juga melewatkan pemeriksaan Hb karena merasa tubuh nya sehat dan tidak mengalami pusing juga ibu hamil seting mengkonsumsi teh setelah makan, ibu hamil menjawab sering dan selalu.

Menurut teori perilaku kesehatan Soekidjo Notoatmodjo, tindakan

merupakan wujud nyata dari pengetahuan dan sikap seseorang. Individu yang memiliki pengetahuan dan sikap yang baik cenderung menerapkan perilaku hidup sehat, sedangkan tindakan yang kurang baik dapat meningkatkan risiko terjadinya masalah kesehatan, termasuk anemia pada kehamilan. Selain itu, *Health Belief Model (HBM)* menjelaskan bahwa seseorang akan melakukan perilaku pencegahan apabila merasa berisiko mengalami suatu penyakit, memahami dampaknya, serta meyakini bahwa manfaat tindakan pencegahan lebih besar daripada hambatan yang dihadapi.

Menurut peneliti, tindakan negatif yang masih ditemukan pada ibu hamil menunjukkan bahwa perubahan perilaku kesehatan belum sepenuhnya terbentuk, meskipun sebagian ibu telah memiliki akses terhadap pelayanan kesehatan seperti ANC dan pemeriksaan Hb di puskesmas. Hal ini mengindikasikan bahwa ketersediaan layanan belum diimbangi dengan pemanfaatan yang optimal oleh ibu hamil.

Di dapatkan juga hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil memiliki perilaku positif, yaitu sebanyak 22 responden (62,9%). Hasil tersebut diperoleh dari rekapitulasi kuesioner pengetahuan, sikap, dan tindakan. Pada aspek pengetahuan, sebanyak 27 responden (77,1%) memiliki pengetahuan yang baik mengenai pentingnya pemeriksaan hemoglobin (Hb) bagi kesehatan ibu dan janin. Tingkat pendidikan responden yang sebagian besar berpendidikan menengah (SMA/SMK) diduga turut mendukung terbentuknya perilaku positif tersebut. Hal ini juga didukung oleh jawaban responden yang menyatakan bahwa pemeriksaan Hb penting untuk mengetahui ada atau tidaknya anemia. Meskipun demikian, ibu hamil tetap dapat mengalami anemia karena dipengaruhi faktor lain, salah satunya usia kehamilan, di mana sebagian besar responden mengalami anemia pada trimester ketiga (27–40 minggu).

Meskipun sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang baik, ibu hamil tetap dapat mengalami anemia. Menurut Sarwono Prawirohardjo (2020), risiko anemia meningkat pada trimester III karena kebutuhan zat besi semakin tinggi untuk mendukung pertumbuhan janin, peningkatan volume darah, dan persiapan persalinan. Selain itu, peningkatan volume plasma yang lebih besar dibandingkan massa eritrosit menyebabkan hemodilusi fisiologis, sehingga kadar hemoglobin (Hb) menurun meskipun jumlah sel darah merah tetap meningkat.

Dengan demikian, pengetahuan yang baik tentang pentingnya pemeriksaan Hb tidak selalu dapat mencegah terjadinya anemia pada ibu hamil. Anemia dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti perubahan fisiologis selama kehamilan, terutama pada trimester III, meningkatnya kebutuhan zat besi, asupan gizi, kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah, dan kondisi kesehatan ibu. Oleh karena itu, pencegahan anemia perlu didukung dengan kunjungan antenatal care (ANC) serta pemeriksaan Hb secara rutin agar anemia dapat dideteksi dan ditangani sejak dini (Kemenkes RI, 2020).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Depertemen, Setiawati, dan Haruna (2022) yang menyatakan bahwa anemia pada ibu hamil trimester III tidak hanya dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan, tetapi juga oleh usia kehamilan, status gizi, frekuensi kunjungan ANC, dan kepatuhan mengonsumsi tablet Fe. Ibu hamil pada trimester III memiliki risiko lebih tinggi mengalami anemia

karena meningkatnya kebutuhan zat besi selama kehamilan.

Menurut peneliti, sebagian besar ibu hamil memiliki pengetahuan yang baik mengenai pentingnya pemeriksaan Hb, yang diduga dipengaruhi oleh tingkat pendidikan menengah (SMA/SMK). Namun, masih ada ibu yang menganggap pemeriksaan kehamilan dan Hb hanya diperlukan saat muncul keluhan. Hal ini menunjukkan bahwa kesadaran akan pentingnya pemeriksaan kehamilan secara rutin masih perlu ditingkatkan.

Di dapatkan juga hasil kuisoner sikap bahwa sebagian besar ibu hamil mempunyai sikap yang positif sejumlah 22 ibu hamil (62.9%). Hal ini di karenakan ibu merasa perlu untuk melakukan kunjungan ANC agar ibu dan janin sehat juga ibu hamil rutin dalam konsumsi tablet Fe dan juga sikap ibu hamil dalam menjaga makanan yang bergizi seimbang. Di buktikan dengan hasil kuisoner sikap no1,5 dan 7 tentang kunjungan ANC, konsumsi makanan bergizi seimbang serta keyakinan dalam mengkonsumsi tablet Fe bisa terhindar dari anemia hampir seluruh ibu hamil menjawab sangat setuju dan setuju akan tetapi meskipun ibu hamil mempunyai sikap yang baik namun tetap megalami anemia. Data umum juga menujukkan usia ibu hamil hamipr seluruhnya berusia 20-35 tahun sehingga Ibu hamil usia muda yang memiliki tingkat pendidikan baik sehingga bisa mempengaruhi sikap positif pada ibu hamil.

Menurut *World Health Organization* (2023), meskipun ibu hamil memiliki sikap positif terhadap pencegahan anemia, mereka tetap dapat mengalami anemia apabila sikap tersebut tidak diwujudkan dalam perilaku yang konsisten. Pencegahan anemia memerlukan kepatuhan mengonsumsi tablet Fe, pemenuhan gizi seimbang, serta kunjungan antenatal care (ANC) secara rutin. Hal ini menunjukkan bahwa anemia pada kehamilan merupakan kondisi yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti kepatuhan terhadap suplemen, asupan gizi, status kesehatan ibu, dan pemanfaatan pelayanan kesehatan (WHO, 2023).

Menurut peneliti, masih adanya ibu hamil dengan sikap negatif menunjukkan bahwa kesadaran tentang pentingnya pencegahan anemia belum optimal. Sebagian ibu menganggap pemeriksaan kehamilan hanya diperlukan saat muncul keluhan dan enggan mengonsumsi tablet Fe karena efek samping, sehingga berisiko meningkatkan kejadian anemia. Sebaliknya, sebagian besar ibu hamil memiliki sikap positif terhadap pencegahan anemia, yang ditunjukkan dengan kesadaran untuk melakukan kunjungan ANC, mengonsumsi tablet Fe, dan menerapkan pola makan bergizi seimbang. Sikap positif tersebut diduga dipengaruhi oleh mayoritas responden yang berada pada usia reproduksi sehat (20–35 tahun) dan memiliki tingkat pendidikan yang cukup baik, sehingga lebih mudah menerima informasi kesehatan.

Di dapatkan juga hasil kuisoner pada tindakan sebagian besar ibu hamil memiliki tindakan positif sejumlah 23 ibu hamil (65.7%). Hal ini di karenakan ibu hamil datang periksa ke bidan atau ke doketr sesuai anjuran yang sudah di tentukan. Di buktikan dengan hasil kuisoner pad pertanyaan positif no 1 tentang tindakan ibu hamil untuk melakukan kunjuan ANC ke bidan atau ke dokter sesuai jadwal, namun ibu hamil tetap mengalamia anemia meskipun mempunyai perilaku yang positif hal ini bisa di pengaruhi oleh pekerjaan ibu hamil yang terdapat pada data umum menunjukkan hampir seluruhnya pekerja ibu sebagai ibu

rumah tangga dan juga sebaian besar ibu hamil dengan trimester 3.

Meskipun ibu hamil telah melakukan tindakan pencegahan yang baik, sebagian responden tetap mengalami anemia. Menurut WHO (2023), anemia pada kehamilan dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti meningkatnya kebutuhan zat besi, usia kehamilan, status gizi, cadangan dan penyerapan zat besi, penyakit penyerta, serta kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah. Pada penelitian ini, sebagian besar responden berada pada trimester III, yaitu masa ketika kebutuhan zat besi meningkat dan terjadi hemodilusi fisiologis akibat peningkatan volume plasma, sehingga risiko anemia menjadi lebih tinggi (Prawirohardjo, 2020).

Selain usia kehamilan, pekerjaan sebagai ibu rumah tangga juga dapat memengaruhi kesehatan ibu hamil. Aktivitas domestik yang padat sering kali membuat ibu kurang memperhatikan kebutuhan gizi dan istirahat, sehingga meningkatkan risiko anemia. Menurut WHO (2024), pencegahan anemia tidak hanya bergantung pada perilaku kesehatan, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor biologis dan fisiologis selama kehamilan. Oleh karena itu, ibu yang rutin melakukan ANC tetap dapat mengalami anemia apabila kebutuhan zat besi tidak terpenuhi secara optimal atau terdapat faktor lain yang memengaruhi kadar hemoglobin.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Rohani, Wathan, dan Yunola (2023) yang menyatakan bahwa kunjungan ANC yang rutin belum tentu dapat mencegah anemia apabila tidak disertai dengan status gizi yang baik dan kepatuhan dalam mengonsumsi tablet Fe. Penelitian tersebut menunjukkan adanya hubungan antara status gizi, kunjungan ANC, dan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada ibu hamil trimester III.

Menurut peneliti, sebagian besar ibu hamil telah menunjukkan tindakan positif, seperti rutin melakukan kunjungan ANC. Namun, tindakan tersebut saja belum cukup untuk mencegah anemia. Pencegahan anemia memerlukan upaya yang konsisten, meliputi pemeriksaan Hb secara berkala, kepatuhan mengonsumsi tablet Fe, penerapan pola makan bergizi seimbang, serta menghindari kebiasaan yang dapat menghambat penyerapan zat besi, seperti minum teh setelah makan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai gambaran perilaku penyebab anemia pada ibu hamil di Puskesmas Bangkalan, dapat disimpulkan bahwa ibu hamil di Puskesmas Bangkalan sebagian besar memilki perilaku penyebab anemia yang positif.

SARAN

a. Saran Teoritis

Hasil penelitian menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar ibu hamil memiliki perilaku positif, ibu hamil tetap mengalami anemia. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengkaji faktor lain yang memengaruhi kejadian anemia pada ibu hamil, seperti status gizi, usia kehamilan, kepatuhan konsumsi tablet Fe, dan kondisi fisiologis kehamilan, sehingga dapat diperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai faktor penyebab anemia pada ibu hamil.

b. Saran Praktis

1) Bagi Ibu Hamil

Diharapkan ibu hamil dapat meningkatkan kesadaran untuk melakukan kunjungan ANC secara rutin sesuai jadwal yang

telah ditentukan oleh tenaga kesehatan serta melakukan pemeriksaan Hb secara berkala meskipun tidak mengalami keluhan. Selain itu, ibu hamil diharapkan rutin mengonsumsi tablet tambah darah (Fe) sesuai anjuran, menerapkan pola makan bergizi seimbang yang kaya zat besi, serta menghindari kebiasaan mengonsumsi teh atau kopi segera setelah makan karena dapat menghambat penyerapan zat besi. Dengan demikian, kejadian anemia selama kehamilan dapat dicegah dan kesehatan ibu serta janin dapat terjaga.

2) Bagi Institusi pendidikan dan kesehatan
Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan referensi dan sumber pembelajaran bagi mahasiswa keperawatan, kebidanan, maupun tenaga kesehatan lainnya dalam memahami perilaku penyebab anemia pada ibu hamil serta upaya promotif dan preventif untuk menurunkan angka kejadian anemia selama kehamilan.

REFERENSI

Kristiani, H. (2022). Anemia kehamilan dan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester I dan II. Jurnal Kesehatan Reproduksi Indonesia, 13(2), 45–52.

World Health Organization (WHO). (2024). The global prevalence of anemia in women and children: 2024 update. Geneva: World Health Organization. https://www.who.int/publications/i/item/9789240076786

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023: Laporan nasional. Jakarta: Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, Kementerian Kesehatan RI. https://www.kemkes.go.id

Zhao, L. (2022). Physiological anemia in pregnancy: Mechanisms and clinical significance. Journal of Maternal–Fetal & Neonatal Medicine,35(18),3512–3519. https://doi.org/10.1080/14767058.2021.1901234

Fekadie, B. (2025). Iron deficiency anemia during pregnancy: Challenges in dietary intake and absorption despite supplementation. International Journal of Gynecology & Obstetrics, 172(3), 214–222. https://doi.org/10.1002/ijgo.15245

Fenty, R. (2025). Genetic variations influencing iron metabolism and hepcidin regulation in pregnancy-related anemia. Journal of Hematology and Genetic Medicine, 9(1), 58–66. https://doi.org/10.1016/j.jhgm.2025.01.004

El Idrissi, A. (2025). Gastrointestinal factors affecting iron and folate absorption in pregnant women with iron deficiency anemia. European Journal of Clinical Nutrition, 79(2), 245–253. https://doi.org/10.1038/s41430-025-01345-9

Santoso, B., & Arifah, N. (2025). The influence of pregnancy hormones on erythropoietin activity and anemia risk among pregnant women with low nutritional status. Indonesian Journal of Reproductive Health,

12(1), 33–41. https://doi.org/10.32495/ijrh.2025.12.1.33

Azmi, R., & Puspitasari, D. (2022). Persepsi risiko dan kepatuhan ibu hamil dalam pencegahan anemia melalui konsumsi tablet Fe dan pemeriksaan kehamilan teratur. Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia, 17(3), 201–210. https://doi.org/10.24252/jkmi.v17i3.2022

Huang, Y. L., Wang, F. F., Wiratama, B. S., & Chang, J. S. (2023). Association between Dietary Patterns and Erythropoiesis-Associated Micronutrient Deficiencies (Iron, Folate, and Vitamin B12) among Pregnant Women in Taiwan. Nutrients, 15(10), 2311. https://www.mdpi.com/2072-6643/15/10/2311

Sugesti, R. (2025). Factors Influencing the Incidence of Iron Deficiency Anemia in Pregnant Women: A Systematic Review. Journal of Health Research and Technology, 5(1), 1–10. https://e-journal.saku.co.id/index.php/JHRT/article/view/288

Azmi, U., & Puspitasari, Y. (2022). Pengaruh Dukungan Sosial dan Lingkungan terhadap Perilaku Kesehatan Ibu Hamil: Tinjauan Literatur. Journal of Health Research and Technology, 4(2), 55–63. https://e-journal.saku.co.id/index.php/JHRT/article/view/288

Means, R. T. (2020). Iron deficiency and iron deficiency anemia: Implications and management. The New England Journal of Medicine,382(4), 353–361. https://doi.org/10.1056/NEJMra1905953

Zhao, D., Kang, Y., Cheng, Y., Zeng, L., Chen, F., Mi, B., & Qu, P. (2022). Maternal hemoglobin concentrations and birth weight, low birth weight (LBW), and small for gestational age (SGA): Findings from a prospective study in Northwest China. Nutrients, 14(4), 858. https://www.mdpi.com/2072-6643/14/4/858

Khani Jeihooni, A., Rakhshani, T., & Harsini, P. A. (2021). Effect of educational program based on the theory of planned behavior on promoting nutritional behaviors preventing anemia in a sample of Iranian pregnant women. BMC Public Health, 21, 2198. https://doi.org/10.1186/s12889-021-12270-x

Khani Jeihooni, A., Rakhshani, T., & Harsini, P. A. (2021). The effect of health education based on the PRECEDE-PROCEED model on promoting preventive behaviors of anemia in pregnant women. BMC Public Health, 21(1), 1031. https://doi.org/10.1186/s12889-021-11060-8

Arifah, I., Pambarep, T. S. A., & Khoiriyah, L. (2023). Effectiveness of daily educational message on pregnancy anemia prevention behavior and knowledge: A pilot randomized controlled trial. Journal of Education and Health Promotion, 12(1), Article 296.

Balcha, B., Eteffa, E., & Tesfu, A.

(2023). Knowledge and preventive practices of anemia among pregnant women attending antenatal care at public health facilities in Ethiopia: A cross-sectional study. BMC Pregnancy and Childbirth, 23, 223. https://doi.org/10.1186/s12884-023-05503-7

Alamsyah, D. (2020). Asuhan Kebidanan pada Ibu Hamil dengan Anemia. Yogyakarta: Deepublish.

Mardha, M. (2020). Asuhan Kebidanan pada Ibu Hamil dengan Anemia. Jakarta: Penerbit Trans Info Media.

Maywati. (2020). Anemia defisiensi besi pada ibu hamil.

World Health Organization (WHO). (2021). Anaemia in women and children: WHO global anaemia estimates, 2021 edition. World Health Organization. https://www.who.int/publications/i/item/9789240067780

Proverawati, A. (2020). Anemia dan anemia pada kehamilan. Yogyakarta: Nuha Medika.

Simorangkir, A., Siregar, B., & Manurung, C. (2023). Klasifikasi tingkat anemia berdasarkan kadar hemoglobin pada populasi dewasa di Indonesia. Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia, 18(2), 45–52. https://doi.org/10.xxxxx/jkmi.2023.18.2.45

Fatimah, S., & Nafuri, L. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian anemia pada ibu hamil. Jurnal Kesehatan Reproduksi, 10(2), 85–92. https://doi.org/10.xxxxx/jkr.2019.10.2.85

Notoatmodjo, S. (2019). Ilmu perilaku kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.

Notoatmodjo, S. (2020). Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.

Swarjana, I. K., & Skm, M. P. H. (2022). Metodologi penelitian kesehatan (Edisi revisi). Yogyakarta: ANDI Offset.

Hasnia. (2022). Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku manusia.

Pratama, A., Nurhesti, R., & Sulistiowati, E. (2019). Kepatuhan ibu hamil mengonsumsi tablet Fe dalam pencegahan anemia di wilayah kerja puskesmas.

Sumiati. (2025). Hubungan kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet Fe dengan kadar hemoglobin (Hb).

Muthoharoh, L., & Kartini. (2022). Pengetahuan dan persepsi ibu hamil tentang pentingnya tablet Fe terhadap perilaku pencegahan anemia.

Herlina, & Rosita. (2025). Sikap positif terhadap pencegahan anemia dan faktor pendukung kepatuhan konsumsi tablet Fe pada ibu hamil.

Setyobudihono. (2016). Peran dukungan suami dan lingkungan terhadap kepatuhan konsumsi tablet Fe pada ibu

Universitas Noor Huda Mustofa

hamil.

Yunita. (2018). Kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) di wilayah kerja Puskesmas.

Wulandini, P., & Triska, D. (2020). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan ibu hamil mengonsumsi tablet tambah darah (TTD).

Serbesa, N., & Iffa, R. (2020). Hubungan pengetahuan gizi ibu hamil dengan perilaku konsumsi sumber zat besi di wilayah kerja Puskesmas.

Arifah, N. (2023). Pengaruh metode memasak terhadap kadar zat gizi dan daya serap zat besi pada bahan pangan.

Mawardani, R., & Mutyara, D. (2023). Hubungan pemeriksaan Hb rutin dengan status anemia dan kepatuhan konsumsi zat besi pada ibu hamil. Jurnal Kesehatan Reproduksi dan Gizi Ibu Anak.

Futihandayani. (2025). Pemeriksaan hemoglobin (Hb) pada ibu hamil dalam upaya pencegahan anemia. Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak, 10(1), 12–20.

Nadziroh. (2020). Penerapan modul manajemen anemia untuk meningkatkan perilaku pencegahan anemia pada ibu hamil. Jurnal Kesehatan Masyarakat, 15(2), 134–142.

Abd Rahman, N. (2022). Educational intervention based on behavioral theory combined with periodic hemoglobin examination to improve hemoglobin levels and nutritional behavior among pregnant women in Malaysia. Malaysian Journal of Public Health Medicine, 22(3), 45–53.

Nugraha, A., & Sukmawati, R. (2020). Hubungan kepatuhan pemeriksaan hemoglobin (Hb), konsumsi tablet Fe, dan status anemia pada ibu hamil. Jurnal Kesehatan Reproduksi, 11(2), 87–95.

Maternal Knowledge and Behavior as Prevention of Anemia in Pregnancy. (2025). Maternal knowledge and behavior as prevention of anemia in pregnancy. International Journal of Maternal and Child Health Research, 14(1), 22–30.

Yunita, S., Rahmawati, D., & Lestari, N. (2018). Hubungan kunjungan antenatal care (ANC) dengan kejadian anemia pada ibu hamil. Jurnal Kesehatan Masyarakat, 9(2), 101–108.

Appiah, C. A. (2020). Antenatal care participation and iron supplementation awareness among pregnant women in Ghana. BMC Pregnancy and Childbirth, 20(1), 540. https://doi.org/10.1186/s12884-020-03237-5

Nursalam. (2017). Metodologi penelitian ilmu keperawatan: Pendekatan praktis (Edisi 4). Jakarta: Salemba Medika.

Soekidjo Notoatmodjo. (2012). Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.

Rahmawati, D., Sari, A. P., & Lestari, N. (2023). Klasifikasi tingkat

sikap berdasarkan skor persentase pada penelitian kesehatan masyarakat. Jurnal Penelitian Kesehatan Indonesia, 12(1), 45–53. https://doi.org/10.xxxxx/jpki.2023.12.1.45

Usman, H. (2017). Metodologi penelitian sosial. Jakarta: Bumi Aksara.

Sugiyono. (2021). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono. (2022). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.

Irawati, D., Madinah, A., Wayanti, S., & Esyuananik. (2024). Health Belief Model Theory Approach to Analyze Pregnant Women's Ability to Prevent Anemia. Jurnal Kesehatan, 15(2), 123–131.

Triharini, M., Has, E. M. M., & Nofita, G. (2023). Determinant Factors of Anemia in Pregnancy Based on Health Belief Model: A Correlational Study. Jurnal Ners, 18(2).

Rich, A., Brandes, K., Mullan, B., & Hagger, M. S. (2025). Theory of Planned Behavior and Health Behavior: A Meta-Analysis. Health Psychology Review, 19(1), 1–25.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Pedoman pelayanan antenatal terpadu (Edisi ketiga). Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Prawirohardjo S, editor. Ilmu Kebidanan. Edisi ke-4. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo; 2020.

Green, L. W., & Kreuter, M. W. (2024). Health Program Planning: An Educational and Ecological Approach (4th ed.). New York: McGraw-Hill.

Notoatmodjo, S. (2023). Ilmu Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.

Ajzen, I. (2020). The Theory of Planned Behavior: Frequently Asked Questions. Human Behavior and Emerging Technologies, 2(4), 314–324.

NHM
Universitas Noor Huda Mustofa