

**STUDI FARMAKOEPIDEMIOLOGI VITAMIN PENAMBAH DARAH PADA
IBU HAMIL DI KELURAHAN MANGKURAWANG TENGGARONG**

***PHARMACOEPIDEMIOLOGY STUDY OF VITAMINS INCREASING BLOOD IN
PREGNANT WOMEN IN MANGKURAWANG TENGGARONG DISTRICT***

**Mil Hadiyatun Nikmah¹, Heri Wijaya^{1*}, Muhammad Marwan Ramadhan¹, Devi Ristian
Octavia²**

¹ Program Studi S1 Farmasi, Fakultas Farmasi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Samarinda,
Kalimantan Timur 75242, Indonesia

² Program Studi S1 Farmasi, Fakultas Farmasi, Universitas Muhammadiyah Lamongan, Jawa
Timur 62218, Indonesia

*Corresponding author email: hertam84@gmail.com

Abstrak

Studi farmakoepidemiologi digunakan untuk mengkaji pola penggunaan serta dampak vitamin penambah darah pada ibu hamil, sekaligus mengukur sejauh mana obat tersebut digunakan dan efeknya pada populasi target. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan farmakoepidemiologi vitamin penambah darah pada ibu hamil di wilayah Mangkurawang, Tenggarong. Metode yang dipakai adalah studi deskriptif dengan pendekatan potong lintang (*cross-sectional*). Populasi penelitian mencakup seluruh ibu hamil di wilayah tersebut, dengan pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling. Data dianalisis menggunakan analisis univariat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 78% responden berusia antara 20 sampai 35 tahun, 7% berusia di bawah 20 tahun, dan 15% berusia di atas 35 tahun. Sebanyak 80% dari responden tidak bekerja, dan 58% memiliki pendidikan terakhir tingkat SMA, sedangkan 20% menyelesaikan pendidikan di perguruan tinggi. Dalam hal penggunaan suplemen, 57% responden memilih obat generik yang disediakan oleh Puskesmas, sementara 43% lainnya menggunakan obat non-generik. Sebagian besar (65%) mengonsumsi suplemen dalam bentuk tablet atau pil, dan 35% memilih kapsul, dengan preferensi 59% terhadap tablet/pil, 33% kapsul, dan 8% sirup. Pola konsumsi suplemen menunjukkan bahwa 63% responden mengonsumsi suplemen pada pagi hari menggunakan air putih, memulai sejak trimester pertama kehamilan, dan 61% mendapatkan suplemen dari Puskesmas atau posyandu. Dengan demikian, sebagian besar ibu hamil di wilayah ini mengonsumsi vitamin penambah darah dalam bentuk tablet yang diperoleh dari Puskesmas sejak trimester pertama.

Kata kunci: Farmakoepidemiologi, ibu hamil, vitamin, mangkurawang-tenggarong.

Abstract

Pharmacoepidemiology studies are used to examine the usage patterns and effects of iron supplements among pregnant women, as well as to assess the extent of drug utilization

and its impact on the target population. This study aims to describe the pharmacoepidemiology of iron supplements among pregnant women in the Mangkurawang sub-district of Tenggarong. A descriptive cross-sectional study design was employed. The study population included all pregnant women in the area, with total sampling used to select participants. Data were analyzed using univariate analysis. The results indicated that 78% of respondents were between 20 and 35 years old, 7% were under 20 years old, and 15% were over 35 years old. Eighty percent of respondents were not employed, and 58% had completed senior high school education, while 20% had higher education. Regarding supplement use, 57% of respondents consumed generic drugs provided by the community health center (Puskesmas), while 43% used non-generic drugs. Most respondents (65%) took supplements in tablet or pill form, and 35% preferred capsules, with 59% favoring tablets/pills, 33% capsules, and 8% syrup. Supplement consumption patterns showed that 63% of respondents took supplements in the morning with water, starting from the first trimester, and 61% obtained supplements from Puskesmas or posyandu. Thus, the majority of pregnant women in this area consumed iron supplements in tablet form from Puskesmas beginning in the first trimester.

Keywords: *Pharmacoepidemiology, pregnant women, vitamins, mangkurawang-tenggarong*

PENDAHULUAN

Anemia adalah kondisi medis yang ditandai dengan berkurangnya kemampuan darah dalam mengangkut oksigen ke jaringan tubuh, yang berdampak pada penurunan kualitas hidup seseorang (Demuth dan Storlie, 2022). Pada ibu hamil, anemia ditetapkan bila kadar hemoglobin (Hb) kurang dari 11 g/dL. Menurut Center for Disease Control and Prevention (CDC), ambang batas anemia berbeda-beda berdasarkan trimester kehamilan, yaitu Hb <11 g/dL pada trimester pertama dan ketiga, <10,5 g/dL pada trimester kedua, dan <10 g/dL pada masa pasca persalinan. Keberadaan anemia selama kehamilan perlu mendapat perhatian serius karena dapat memicu komplikasi serius seperti preeklampsia, perdarahan pasca persalinan, infeksi, serta

memperpanjang masa rawat inap ibu. Selain itu, anemia juga berhubungan dengan meningkatnya frekuensi persalinan melalui metode sectio caesarea (Hidayanti dan Rahfiludin, 2020; Wibowo et al., 2021). Oleh sebab itu, deteksi dini dan penanganan yang tepat menjadi hal yang sangat krusial untuk mengurangi risiko buruk bagi ibu dan janin. Data Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa hampir setengah dari ibu hamil di Indonesia mengalami anemia (48,9%), sementara 17,3% mengalami Kekurangan Energi Kronis (KEK). Selain itu, 28% ibu hamil diidentifikasi memiliki risiko komplikasi persalinan yang dapat berujung pada kematian.

Defisiensi zat besi merupakan faktor utama penyebab anemia selama kehamilan (Sulaiman et al., 2022).

Kebutuhan zat besi pada ibu hamil meningkat hingga sekitar 800 mg, yang terbagi menjadi 300 mg untuk pertumbuhan janin dan 500 mg untuk peningkatan massa hemoglobin maternal. Sebagian zat besi yang tidak dibutuhkan, sekitar 200 mg, akan dikeluarkan melalui proses ekskresi di saluran pencernaan, kulit, dan urin. Dalam hal asupan makanan, setiap 100 kalori menyediakan sekitar 8 hingga 10 mg zat besi yang dapat diserap tubuh (Kemenkes RI, 2018)

Salah satu upaya pencegahan anemia adalah dengan memberikan suplementasi vitamin penambah darah, seperti tablet zat besi, asam folat, dan vitamin B12. Tingkat pemahaman ibu hamil mengenai pentingnya suplementasi ini menjadi faktor krusial dalam keberhasilan penanganan anemia serta pencegahan komplikasi selama masa kehamilan. Sebagai contoh, penelitian yang dilakukan oleh Amanah (2019) di Kecamatan Jatinangor menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil sudah rutin mengonsumsi vitamin penambah darah. Selain itu, Mundriyastutik et al. (2020) melaporkan bahwa kombinasi asam folat, tablet zat besi, dan vitamin B12 merupakan jenis suplemen yang paling banyak digunakan oleh ibu hamil di wilayah Banyudono I Boyolali.

Farmakoepidemiologi adalah ilmu yang mempelajari pola penggunaan obat dan efeknya dalam populasi, termasuk pada ibu hamil. Studi farmakoepidemiologi di Indonesia masih terbatas, namun penelitian di Puskesmas Denpasar Utara II Bali oleh Aprilia dan Artini (2017) menunjukkan bahwa

suplemen zat besi adalah obat yang paling banyak diresepkan untuk ibu hamil, diikuti oleh multivitamin dan asam folat. Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi praktik konsumsi vitamin penambah darah pada ibu hamil di Kelurahan Mangkurawang.

METODE PENELITIAN

Bahan

Respon atau jawaban dari ibu hamil atas pertanyaan yang tertulis pada lembar kuesioner.

Tahapan Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di wilayah kerja Kelurahan Mangkurawang dengan pendekatan survei langsung kepada ibu hamil yang menjadi responden, baik di rumah masing-masing maupun di posyandu setempat. Sebelum pengumpulan data, peneliti memberikan penjelasan secara rinci mengenai tujuan dan proses penelitian serta memperoleh persetujuan tertulis (informed consent) dari setiap peserta.

Data dikumpulkan melalui kuesioner yang dirancang khusus untuk mengumpulkan informasi mengenai karakteristik responden, jenis suplemen yang dikonsumsi, pola konsumsi, serta sumber informasi terkait suplemen penambah darah. Kuesioner berisi pertanyaan tentang usia, pekerjaan, tingkat pendidikan, merek dan bentuk suplemen yang digunakan dan disukai, waktu mulai konsumsi suplemen, frekuensi konsumsi, media pengonsumsiannya, asal suplemen, sumber informasi, alasan penggunaan, serta adanya efek samping yang dialami.

Sebelum penelitian, kuesioner ini telah diuji validitas dan reliabilitasnya kelompok ibu hamil yang tidak termasuk sampel penelitian utama, guna memastikan instrumen tersebut efektif dalam mengukur variabel yang diteliti secara akurat dan konsisten.

Data hasil pengumpulan kemudian dianalisis secara deskriptif menggunakan analisis univariat untuk mengidentifikasi distribusi frekuensi dan proporsi dari setiap variabel yang diamati.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan di wilayah Kelurahan Mangkurawang, Tenggarong dengan menggunakan kuesioner yang diberikan kepada ibu

hamil yang berdomisili di wilayah tersebut. Desain penelitian yang diterapkan adalah studi deskriptif dengan pendekatan potong lintang (cross-sectional). Fokus penelitian adalah farmakoepidemiologi vitamin penambah darah pada ibu hamil di Kelurahan Mangkurawang, dengan parameter yang mencakup karakteristik responden, karakteristik suplemen, serta pola konsumsi dan sumber informasi suplemen. Berdasarkan kriteria inklusi yang menetapkan bahwa responden adalah ibu hamil yang tinggal di Kelurahan Mangkurawang dan mengisi kuesioner, sebanyak 54 responden yang memenuhi syarat dilibatkan dalam penelitian ini dan melaporkan konsumsi suplemen.

Tabel 1. Karakteristik responden berdasarkan usia

Kelompok	Jumlah	%
Usia <20 tahun	4	7
Usia 20-35 tahun	42	78
Usia >35 tahun	8	15

Menurut data pada **Tabel 1**, sebagian besar ibu hamil, yaitu 78%, berada pada usia produktif antara 20 sampai 35 tahun. Sisanya, 7% berada di bawah usia 20 tahun, dan 15% lebih dari 35 tahun. Studi yang dilakukan oleh Riyanti et al. (2021) menunjukkan adanya kaitan yang signifikan antara usia ibu hamil dengan risiko kehamilan. Ibu hamil yang usianya di bawah 20 tahun maupun di atas 35 tahun memiliki kemungkinan lebih besar mengalami risiko komplikasi selama kehamilan. Pada usia muda, perkembangan organ reproduksi seperti rahim dan panggul

belum sepenuhnya matang, selain kesiapan mental yang juga belum optimal. Sedangkan pada ibu hamil yang lebih tua, terutama di atas 35 tahun, kondisi fisik cenderung menurun sehingga risiko komplikasi seperti persalinan sulit dan perdarahan meningkat.

Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 54 responden, sebanyak 80% tidak bekerja, sementara 20% lainnya memiliki pekerjaan untuk membantu menambah penghasilan keluarga. Menurut Hasibuan (2016), pekerjaan diartikan sebagai aktivitas yang

dilakukan seseorang dengan tujuan mendapatkan penghasilan dalam bentuk uang atau lainnya untuk memenuhi kebutuhan hidup. Studi mengenai praktik bidan mandiri di Cempaka Putih, Jakarta Pusat, dilaporkan bahwa 31,3% ibu hamil mengalami kelelahan pada trimester pertama, meningkat menjadi 67,7% pada trimester kedua, dan tetap tinggi sebesar 67,6% pada trimester ketiga. Oleh karena itu, selama masa kehamilan, wanita hamil dianjurkan

untuk berhati-hati dalam menjalankan aktivitas sehari-hari agar tidak membahayakan kondisi kehamilan mereka. Kelelahan akibat aktivitas kerja juga dapat memengaruhi kekuatan ibu saat proses persalinan. Sebaiknya, ibu hamil melakukan kegiatan yang ringan dan tidak melelahkan, serta mengatur waktu istirahat dan aktivitas secara bergantian untuk membantu mengurangi rasa lelah (Muzakir, 2022).

Tabel 2. Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan

Pekerjaan	Jumlah	%
Bekerja	11	20
Tidak Bekerja	43	80

Tabel 3. Karakteristik responden berdasarkan tingkat pendidikan

Pendidikan Terakhir	Jumlah	%
SD	6	11
SMP	6	11
SMA	31	58
Perguruan Tinggi	11	20

Data pada **Tabel 3** menunjukkan bahwa 11% responden memiliki pendidikan terakhir setingkat SD, 11% lulusan SMP, 58% lulusan SMA, dan sekitar 20% memiliki pendidikan perguruan tinggi. Astuti (2016) melaporkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat pendidikan ibu hamil dengan kejadian anemia, di mana ibu hamil dengan latar belakang pendidikan yang lebih tinggi cenderung lebih mampu mengatasi permasalahan gizi dan kesehatan yang mereka alami.

Sebaliknya, mereka yang memiliki pendidikan lebih rendah sering kali menghadapi kesulitan dalam memahami informasi kesehatan yang diterima. Temuan ini juga didukung oleh studi Jacob et al. (2017) yang menyatakan bahwa ibu hamil dengan tingkat pendidikan yang lebih baik lebih konsisten menjalani pemeriksaan kehamilan dibandingkan dengan ibu hamil berpendidikan rendah, khususnya di wilayah Puskesmas Tumpaan, Kabupaten Minahasa Selatan.

Tabel 4. Karakteristik suplemen berdasarkan jenis suplemen

Jenis Suplemen	Jumlah	%
Generik	31	57
Non Generik	23	43

Berdasarkan data pada **Tabel 4**, sekitar 57% responden memilih menggunakan obat generik karena mereka melakukan pemeriksaan di fasilitas kesehatan terdekat, yakni Puskesmas. Lokasi Puskesmas yang relatif dekat dengan pemukiman warga di wilayah kerja Kelurahan Mangkurawang, Tenggarong, membuat masyarakat lebih cenderung mengakses layanan tersebut. Di Puskesmas, penyediaan obat terbatas pada jenis obat generik. Sementara itu, sekitar 43% responden menggunakan obat non-generik karena berobat ke dokter spesialis. Berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan Nomor HK.02.02/MENKES/068/I/2010, seluruh fasilitas layanan kesehatan milik pemerintah, baik di tingkat pusat maupun daerah, diwajibkan untuk menyediakan obat generik bagi pasien rawat jalan maupun rawat inap melalui sistem formularium. Selain itu, Dinas Kesehatan di tingkat provinsi dan kabupaten/kota bertugas memastikan ketersediaan obat esensial dalam bentuk generik guna memenuhi kebutuhan pelayanan di Puskesmas serta unit pelaksana teknis lainnya sesuai kebutuhan wilayah.

Obat generik merujuk pada obat yang menggunakan nama zat aktifnya sebagaimana ditetapkan secara resmi dalam International Non-Proprietary Names (INN), yang tercantum dalam Farmakope Indonesia atau standar

lainnya yang diakui. Sementara itu, obat non-generik umumnya dikenal sebagai obat bermerek atau paten, meskipun tidak semua yang bermerek termasuk kategori paten. Terdapat dua jenis obat generik, yakni generik berlogo dan generik bermerek. Keduanya memiliki kandungan zat aktif yang sama, namun dibedakan berdasarkan penggunaan merek dagang atau simbol logo padaemasannya. Generik berlogo umumnya menampilkan nama zat aktif dan logo produsen farmasi yang telah tersertifikasi (Yusuf, 2016).

Logo pada kemasan obat generik menunjukkan bahwa produk tersebut diproduksi oleh industri farmasi yang telah memperoleh sertifikasi Cara Produksi Obat yang Baik (CPOB), yang menjamin kualitas produksinya. Oleh karena itu, anggapan bahwa obat generik berlogo memiliki mutu yang lebih rendah dibandingkan obat bermerek (paten) tidaklah benar. Dari segi efektivitas dan keamanan, obat generik berlogo memiliki kinerja yang setara dengan obat non-generik. Sementara itu, obat generik esensial merupakan pilihan utama dalam sistem pelayanan kesehatan karena diprioritaskan untuk memenuhi kebutuhan dasar pengobatan masyarakat (Marsila & Hendarwati, 2022).

Data pada **Tabel 5** menunjukkan bahwa sebanyak 65% responden mengonsumsi suplemen dalam bentuk tablet atau pil, sementara 35% lainnya memilih kapsul. Responden yang

menggunakan tablet umumnya merupakan pasien yang menjalani pemeriksaan kehamilan di Puskesmas, di mana jenis sediaan obat yang tersedia terbatas pada tablet. Oleh karena itu, mereka menyesuaikan konsumsi sesuai dengan ketersediaan suplemen di fasilitas tersebut. Bentuk tablet memiliki beberapa keunggulan dibandingkan sediaan farmasi lainnya, antara lain

keseragaman dosis, kemudahan penggunaan, kestabilan selama penyimpanan, serta kemudahan dalam hal transportasi dan distribusi. Kepraktisan tablet, mudah dibawa, mudah ditemukan, serta stabilitasnya dalam penyimpanan membuat bentuk sediaan ini menjadi pilihan yang paling umum digunakan oleh masyarakat (Rori, 2016; Ahmad et al., 2019).

Tabel 5. Karakteristik suplemen berdasarkan bentuk sediaan yang digunakan

Bentuk Sediaan	Jumlah	%
Tablet/Pil	35	65
Kapsul	19	35
Sirup	0	0

Tabel 6. Karakteristik suplemen berdasarkan bentuk sediaan yang disukai

Bentuk Sediaan	Jumlah	%
Kapsul	18	33
Tablet/Pil	32	59
Sirup	4	8

Amanah (2019) mengungkapkan bahwa separuh dari responden dalam penelitiannya lebih menyukai dan menggunakan suplemen dalam bentuk tablet. Hal ini sesuai dengan ketentuan dalam Permenkes No. 88 Tahun 2014, yang menyatakan bahwa tablet penambah darah sebaiknya mengandung minimal 60 mg zat besi elemental (dalam bentuk ferro sulfat, ferro fumarat, atau ferro gluconat) serta 0,25 mg asam folat. Berdasarkan temuan pada **Tabel 6** dalam penelitian ini, jalur pemberian oral merupakan metode yang paling diminati oleh responden. Dari berbagai bentuk sediaan oral, tablet menjadi yang paling

disukai. Tablet sendiri merupakan sediaan padat yang mengandung zat aktif, bisa dengan atau tanpa bahan tambahan. Sebanyak 59% responden memilih tablet atau pil sebagai bentuk sediaan favorit, sementara 33% memilih kapsul, dan sisanya, 8%, lebih menyukai sirup.

Hasil penelitian yang dapat dilihat pada **Tabel 7**, menunjukkan bahwa 96% responden mulai mengkonsumsi suplemen di trisemester 1 dan 4% responden baru mengkonsumsi suplemen di trisemester 2 namun tidak ada yang mulai mengkonsumsi di trimester 3. Pentingnya pemberian

suplemen tambah darah pada ibu hamil telah dibuktikan melalui berbagai penelitian, di antaranya oleh Rimawati et al. (2018) dan Amieratunnisa et al. (2022), yang menunjukkan bahwa intervensi berupa konsumsi tablet tambah darah secara rutin mampu meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan gejala anemia. Anemia pada kehamilan umumnya disebabkan oleh defisiensi zat besi yang berperan penting dalam pembentukan

hemoglobin, bersama dengan mikronutrien lain seperti protein, vitamin B12, vitamin C, dan asam folat (Honaryati et al., 2021). Kekurangan mikronutrien ini berpotensi menimbulkan gangguan pada kesehatan ibu maupun janin, mulai dari kelelahan, gangguan pertumbuhan janin, kelahiran prematur, hingga berat badan lahir rendah (Kiely et al., 2021).

Tabel 7. Jenis suplemen yang digunakan berdasarkan trimester

Jenis Suplemen	Jumlah	%
Trisemester 1	52	96
Asam Folat	45	83
B6	28	52
B12	26	48
Zat besi	47	87
Kalsium	48	89
Trisemester 2	2	4
Asam Folat	35	65
B6	23	43
B12	21	39
Zat besi	40	74
Kalsium	39	72
Trisemester 3	0	0
Asam Folat	26	48
B6	16	30
B12	14	26
Zat Besi	27	50
Kalsium	27	50

Kebutuhan zat besi selama kehamilan meningkat secara progresif sesuai dengan tahapan perkembangan janin. Pada trimester pertama, suplemen tambah darah berperan penting dalam mencegah cacat tabung saraf karena pada fase ini terjadi proses organogenesis. Asupan asam folat

menjadi sangat krusial, karena dapat menurunkan risiko terjadinya kelainan bawaan pada otak dan sumsum tulang belakang janin. WHO merekomendasikan pemberian suplemen harian yang mengandung 30–60 mg zat besi dan 400 mcg asam folat sejak awal kehamilan (Nabila & Andriani, 2023;

WHO, 2019). Selain itu, asupan suplemen pada trimester pertama juga membantu membentuk cadangan zat besi yang diperlukan pada trimester berikutnya.

Memasuki trimester kedua, terjadi peningkatan volume plasma darah yang signifikan sebagai penyesuaian fisiologis terhadap kebutuhan janin yang berkembang. Hal ini menyebabkan terjadinya hemodilusi yang dapat menurunkan kadar hemoglobin, sehingga suplementasi zat besi tetap dibutuhkan untuk mempertahankan keseimbangan kadar Hb. Bila tidak diatasi, anemia fisiologis ini dapat berkembang menjadi anemia patologis yang membahayakan kesehatan ibu dan janin.

Pada trimester ketiga, kebutuhan zat besi meningkat lebih tinggi seiring dengan percepatan pertumbuhan janin dan persiapan tubuh ibu menjelang persalinan. Suplemen tambah darah membantu memenuhi kebutuhan zat besi yang meningkat tajam, mencegah terjadinya anemia berat, serta mempersiapkan cadangan zat besi bagi bayi setelah dilahirkan. Kebutuhan zat besi harian pada trimester ini dapat mencapai 50–60 mg per hari (Noviyana, 2019). Penggunaan tablet zat besi menjadi pilihan yang efektif dan efisien karena satu tablet umumnya mengandung 60 mg zat besi setara dengan 200 mg ferrosulfat (Honaryati et al., 2021).

Tabel 8. Media yang digunakan mengonsumsi suplemen

Media yang digunakan	Jumlah	%
Air putih	51	94
Pisang	1	2
lainnya	2	4

Tabel 8 memperlihatkan bahwa mayoritas responden, yaitu 94%, memilih air putih sebagai media untuk mengonsumsi suplemen. Air dikenal sebagai pelarut yang sangat efektif karena mampu melarutkan berbagai zat kimia seperti asam, gula, garam, gas, dan beragam senyawa organik. Efektivitas air sebagai pelarut disebabkan oleh sifat polar, konstanta dielektriknya yang tinggi, dan ukuran molekulnya yang relatif kecil, yang sangat mendukung pelarutan senyawa polar dan ionik (Tilong, 2015). Sementara itu, 2% responden menggunakan pisang, dan 4% lainnya memilih media lain seperti teh.

Pilihan ini kemungkinan berkaitan dengan kebiasaan responden yang kurang terbiasa mengonsumsi obat secara langsung. Meski demikian, konsumsi teh selama kehamilan sebaiknya dibatasi karena kandungan tanin di dalamnya dapat mengganggu penyerapan zat besi dengan cara membentuk senyawa kompleks yang tidak mudah diserap tubuh. Thankachan et al. (2008) juga melaporkan bahwa konsumsi teh sebanyak satu hingga dua cangkir per hari dapat menurunkan tingkat penyerapan zat besi, baik pada wanita dengan kondisi anemia maupun yang tidak.

Tabel 9. Sumber memperoleh suplemen

Sumber memperoleh suplemen	Jumlah	%
Puskesmas/posyandu	33	61
Apotek/Toko Obat	16	30
Klinik/RS	5	9

Penelitian ini mengungkap bahwa sebagian besar ibu hamil memperoleh suplemen melalui kunjungan ke Puskesmas atau posyandu. Berdasarkan data pada **Tabel 9**, sebanyak 61% responden melaporkan menerima suplemen dari fasilitas tersebut. Puskesmas berfungsi sebagai fasilitas pelayanan kesehatan dasar yang memiliki peran dalam menyelenggarakan pelayanan kesehatan baik untuk individu maupun masyarakat.

Pelayanan ini menitikberatkan pada kegiatan promotif dan preventif guna mendukung peningkatan status kesehatan masyarakat di wilayah cakupannya (Permenkes, 2014). Pengambilan suplemen melalui fasilitas kefarmasian resmi, seperti Puskesmas, juga memberikan jaminan keamanan dan mutu produk, sehingga masyarakat dapat terhindar dari risiko konsumsi suplemen yang tidak terstandar atau berpotensi membahayakan.

Tabel 10. Sumber memperoleh informasi

Sumber Informasi	Jumlah	%
Dokter Spesialis	15	28
Dokter Umum	1	2
Bidan	36	66
Perawat	2	4
Konsultasi dengan Nakes		
Ya	54	100
Tidak	0	0
Alasan konsumsi suplemen		
Anjuran Nakes	47	87
Inisiatif sendiri	7	13
Lupa minum suplemen		
Ya	18	33
Tidak	36	67

Hasil yang tercantum pada **Tabel 10** memperlihatkan bahwa sebagian besar responden, yaitu 66%, memperoleh informasi mengenai suplemen dari bidan, diikuti oleh 28% dari dokter spesialis, 4% dari dokter umum, dan 2% dari perawat. Bidan

berperan sebagai tenaga kesehatan yang memberikan dukungan dan pelayanan kepada ibu selama masa kehamilan dan persalinan. Temuan ini didukung oleh studi Mahadewa et al. (2021) yang menunjukkan bahwa 60% responden mengakui kontribusi besar bidan dalam

memberikan pelayanan kesehatan reproduksi serta program keluarga berencana. Mengingat peran penting perempuan dalam menunjang tumbuh kembang anak sejak masa kehamilan dan menjaga kesehatan sistem reproduksi, maka keberadaan bidan memiliki posisi yang strategis dalam menjamin lahirnya generasi yang sehat dan berkualitas. Selain itu, dukungan bidan juga berperan dalam menekan angka kematian ibu dan bayi. Seluruh responden dalam penelitian ini (100%) melaporkan telah berkonsultasi dengan tenaga kesehatan sebelum mengonsumsi suplemen. Namun, kepatuhan dalam mengonsumsi suplemen masih belum optimal, dimana

sekitar sepertiga responden (33%) mengaku sering lupa untuk mengonsumsi suplemen secara rutin.

Adverse Drug Reactions (ADRs), atau yang dikenal sebagai efek samping obat, merupakan respons yang tidak diharapkan dan dapat muncul saat obat digunakan sesuai dengan dosis terapi yang dianjurkan. Data Efek samping penggunaan suplemen dapat dilihat pada **Tabel 11**. Reaksi ini dapat berdampak negatif terhadap kualitas hidup pasien dan, dalam beberapa kasus, berisiko menimbulkan gangguan kesehatan serius hingga kematian (Suku et al., 2015).

Tabel 11. Efek samping penggunaan suplemen.

Efek samping	Jumlah	%
Tidak ada keluhan	38	70
Mual	10	19
Hilang nafsu makan	4	7
Pusing	1	2
Susah BAB	1	2
Diare	0	0
Muntah	0	0

Konsumsi zat besi secara oral pada sebagian orang dapat menyebabkan gangguan pada sistem pencernaan, seperti rasa tidak nyaman di ulu hati, mual, muntah, maupun diare. Tingkat kejadian efek samping ini umumnya berkaitan dengan dosis zat besi yang diberikan, tanpa bergantung pada jenis senyawa zat besi yang digunakan. Konsumsi zat besi bersamaan dengan makanan cenderung lebih mudah ditoleransi meskipun penyerapan zat besi menjadi berkurang. Pada sebagian wanita, suplementasi zat besi dapat

menyebabkan sembelit, yang biasanya dapat diatasi dengan peningkatan asupan cairan dan konsumsi makanan tinggi serat seperti roti gandum, sereal, dan agar-agar. Mual selama kehamilan merupakan respon fisiologis akibat adaptasi hormonal yang terjadi. Selain itu, mual dapat timbul sebagai reaksi yang tidak diinginkan akibat konsumsi tablet zat besi. Ibu hamil yang sebelumnya telah mengalami mual sebagai gejala kehamilan umumnya akan merasakan gejala tersebut dengan intensitas lebih tinggi setelah

mengonsumsi suplemen zat besi, dibandingkan dengan ibu hamil yang tidak mengalami mual sebelumnya (Susiloningtyas, 2012).

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa praktik konsumsi suplemen tambah darah pada ibu hamil di Kelurahan Mangkurawang sebagian besar telah sesuai dengan rekomendasi kesehatan, ditandai dengan dimulainya konsumsi sejak trimester pertama, pemanfaatan layanan kesehatan primer, serta konsultasi dengan tenaga kesehatan sebelum penggunaan. Meskipun mayoritas responden tidak mengalami efek samping, keluhan ringan seperti mual dan pusing tetap ditemukan, yang menekankan pentingnya edukasi berkelanjutan dan pemantauan yang konsisten terhadap konsumsi suplemen. Temuan ini menggarisbawahi peran strategis tenaga kesehatan, khususnya bidan, dalam meningkatkan pemahaman dan kepatuhan ibu hamil terhadap konsumsi suplemen zat besi dan asam folat guna mencegah anemia serta mendukung kesehatan ibu dan janin. Upaya promotif dan preventif berbasis komunitas perlu diperkuat untuk memastikan pemenuhan kebutuhan gizi mikro selama kehamilan secara optimal.

KONFLIK KEPENTINGAN

Penulis menyatakan bahwa tidak terdapat konflik kepentingan yang memengaruhi isi atau hasil penelitian dalam artikel ini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami ucapkan kepada Dinas Kesehatan Kota Tenggarong dan Puskesmas Mangkurawang atas dukungan administratif dan fasilitasi selama proses pengambilan data.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, M.G., Setyaningsih, I., and Trilaksani, W., 2019. Bioactivity and Tablet Formulation from Spirulina and Collagen Hydrolysate of Tilapia (*Oreochromis niloticus*) Skin. *Jurnal Pengolahan Hasil Perikanan Indonesia*, 22 (3), 453–463.
- Amanah, I.R., 2019. Studi Farmakoepidemiologi Vitamin Penambah Darah pada Ibu Hamil di Kecamatan Jatinangor. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 4 (3), 153.
- Amieratunnisa, A., Kartasurya, M.I., and Rahfiludin, M.Z., 2022. Analisis Implementasi Program Pemberian Tablet Tambah Darah Ibu Hamil Pada Masa Pandemi Covid-19 di Wilayah Puskesmas Kabupaten Jepara. *JKM (Jurnal Kesehatan Masyarakat) Cendekia Utama*, 9 (2), 138–153.
- Aprilia, R.M. and Artini, I.G.A., 2017. Gambaran Pola Pengobatan dan Tingkat Pengetahuan Mengenai Penggunaan Obat Selama Kehamilan di Puskesmas Denpasar Utara II Bali. *E-Jurnal Medika Udayana*, 6 (7).
- Astuti, D., 2016. Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil di Puskesmas Undaan Lor Kabupaten Kudus.

- In: The 3rd University Research Colloquium 2016* . 123–131.
- Demuth, G. and Storlie, C., 2022. A Novel Joint Longitudinal Model for Predicting Post-ICU Anemia. *In: 2022 IEEE 10th International Conference on Healthcare Informatics (ICHI)*. Rochester: IEEE, 489–491.
- Hasibuan, M. S. P. (2016). Manajemen Sumber Daya Manusia. Jakarta: Bumi Aksara
- Hidayanti, L. and Rahfiludin, M.Z., 2020. Dampak Anemi Defisiensi Besi pada Kehamilan : a Literature Review. *Gaster*, 18 (1), 50.
- Honaryati, Usman, N., and Ahmad, M., 2021. Literatur Review: Pengaruh Pemberian Supplement Folamil dan Tablet Zat Besi pada Ibu Hamil dengan Anemia terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin. *Faletehan Health Journal*, 8 (3), 173–181.
- Jacob, F.K., Engkeng, S., and Adam, H., 2017. Hubungan Pengetahuan, Pendidikan dan Sikap Ibu Hamil Dengan Pemeriksaan Kehamilan di Wilayah Kerja Puskesmas Tumpaan Kabupaten Minahasa Selatan. *KESMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi*, 6.
- Kemenkes RI, 2018. Pentingnya Konsumsi Tablet Fe Bagi Ibu Hamil [online]. *Kementrian Kesehatan Republik Indonesia*.
- Kiely, M.E., McCarthy, E.K., and Hennessy, Á., 2021. Iron, iodine and vitamin D deficiencies during pregnancy: epidemiology, risk factors and developmental impacts. *Proceedings of the Nutrition Society*, 80 (3), 290–302.
- Mahadewa, M.B.P., Hanadi, S., and Utami, N.A.T., 2021. Peran Bidan Dalam Pelayanan Kesehatan Reproduksi Perempuan dan Keluarga Berencana Dalam Pelayanan Kebidanan (Studi di Rumah Sakit Ibu dan Anak Bunda Arif Purwokerto). *Soedirman Law Review*, 3 (3), 513–526.
- Marsila, E. and Hendarwati, A., 2022. Pengaruh Tingkat Pengetahuan dan Persepsi Konsumen Terhadap Keputusan Pembelian Obat Generik di Kota Yogyakarta. *Prima Ekonomika*, 13 (1).
- Merrell, B.J. and McMurry, J.P., 2023. *Folic Acid*. StatPearls Publishing.
- Mundriyastutik, Y., Fanani, Z., Nisak, A.Z., and Nasrullah, M.A.A., 2020. Studi Farmakoepidemiologi Vitamin Penambah Darah Pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Banyudono I Boyolali. *Indonesia Jurnal Kebidanan*, 4 (2), 7.
- Muzakir, H., 2022. Hubungan Faktor Risiko Pekerjaan Dengan Kelelahan Pada Ibu Hamil. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 6 (2).
- Nabila, N. and Andriani, H., 2023. Determinan Kepatuhan Minum Tablet Tambah Darah (Ttd) Pada Ibu Hamil: Literature Review. *Journals of Ners Community*, 13 (2), 438–444.
- Noviyana, A., 2019. Peran Bidan Dalam Pemberian Suplementasi Tablet Tambah Darah (Ttd)

- Untuk Pencegahan Anemia Ibu Hamil Di Puskesmas II Kembaran Kabupaten Banyumas. *Viva Medika: Jurnal Kesehatan, Kebidanan dan Keperawatan*, 11 (02), 97–103.
- Rimawati, E., Kusumawati, E., Gamelia, E., Sumarah, and Achadi Nugraheni, S., 2018. Intervensi Suplemen Makanan untuk Meningkatkan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 9 (3), 161–170.
- Riyanti, N., Devita, R., and Wahyuni, D., 2021. Faktor Yang Berhubungan Dengan Risiko Kehamilan Pada Ibu Hamil. *Aisyiyah Medika*, 6 (2), 174–182.
- Rori, W.M., 2016. Formulasi Dan Evaluasi Sediaan Tablet Ekstrak Daun Gedi Hijau (*Abelmoschus manihot*) Dengan Metode Granulasi Basah. *PHARMACON*, 5 (2), 243–250.
- Suku, C.K., Hill, G., Sabblah, G., Darko, M., Muthuri, G., Abwao, E., Pandit, J., Osakwe, A.I., Elagbaje, C., Nyambayo, P., Khoza, S., Dodoo, A.N., and Pal, S.N., 2015. Experiences and Lessons From Implementing Cohort Event Monitoring Programmes for Antimalarials in Four African Countries: Results of a Questionnaire-Based Survey. *Drug Safety*, 38 (11), 1115–1126.
- Sulaiman, M.H., Flora, R., Zulkarnain, M., Yuliana, I., and Tanjung, R., 2022. Defisiensi Zat Besi dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 4 (1), 11–19.
- Susiloningtyas, I., 2012. Pemberian Zat Besi (Fe) Dalam Kehamilan. *Majalah Ilmiah Sultan Agung*, 50 (128), 1–27.
- Thankachan, P., Walczyk, T., Muthayya, S., Kurpad, A. V, and Hurrell, R.F., 2008. Iron absorption in young Indian women: the interaction of iron status with the influence of tea and ascorbic acid. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 87 (4), 881–886.
- Tilong, A.D., 2015. *Dahsyatnya Air Putih*. Yogyakarta: Flashbooks.
- Wibowo, N., Irwinda, R., and Hiksas, R., 2021. Anemia defisiensi besi pada kehamilan. *Jakarta: UI Publishing*, p51–73.
- Yusuf, F., 2016. Studi Perbandingan Obat Generik dan Obat Dengan Nama Dagang. *Jurnal Farmanesia*, 1 (1), 5–10.