

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang “Peran Keluarga dalam Pengawasan Minum Tablet Fe pada Ibu Hamil di Desa Tanjung Rejo Kecamatan Percut Sei Tuan Tahun 2025”, yang dilakukan melalui pengumpulan data primer dari ibu hamil dan keluarganya, dapat ditarik beberapa kesimpulan penting sebagai berikut:

1. Peran Keluarga dalam Pengawasan Konsumsi Tablet Fe

Keluarga merupakan unit sosial terdekat yang memiliki pengaruh besar terhadap perilaku kesehatan ibu hamil. Penelitian ini menunjukkan bahwa peran keluarga masih tergolong kurang optimal, meskipun sebagian sudah berupaya memberikan dukungan berupa pengingat untuk minum tablet Fe, memberikan semangat, serta menyiapkan kebutuhan yang berkaitan dengan kesehatan ibu. Namun, banyak keluarga yang belum menjalankan fungsi pengawasan secara menyeluruh, baik dari sisi pemantauan keteraturan konsumsi, memberikan pengetahuan, maupun pendampingan saat ibu mengalami hambatan seperti mual atau rasa tidak nyaman.

2. Kepatuhan Ibu Hamil dalam Konsumsi Tablet Fe

Tingkat kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet Fe masih rendah. Faktor penghambat kepatuhan meliputi efek samping

(mual, muntah, rasa logam di mulut), kurangnya pemahaman mengenai pentingnya konsumsi rutin selama kehamilan, serta adanya kesibukan keluarga yang menyebabkan pengawasan kurang konsisten. Selain itu, kepercayaan dan mitos budaya yang menyatakan bahwa konsumsi tablet Fe dapat menyebabkan bayi lahir besar sehingga menyulitkan persalinan juga berperan dalam menurunkan motivasi ibu untuk patuh.

3. Hubungan Peran Keluarga dengan Kepatuhan Ibu Hamil

Hasil penelitian membuktikan adanya hubungan yang signifikan antara peran keluarga dengan kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet Fe. Semakin baik peran keluarga dalam memberikan dukungan informasional, emosional, instrumental, maupun pengawasan langsung, maka semakin tinggi pula tingkat kepatuhan ibu hamil. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa keluarga berperan sebagai faktor protektif yang sangat menentukan keberhasilan program pencegahan anemia pada ibu hamil.

Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa anemia pada ibu hamil bukan hanya masalah medis, tetapi juga masalah sosial yang erat kaitannya dengan dukungan keluarga dan lingkungan. Oleh karena itu, intervensi kesehatan yang melibatkan keluarga terbukti lebih efektif dibanding hanya berfokus pada individu ibu hamil.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan yang diperoleh, maka peneliti menyampaikan beberapa saran yang ditujukan kepada berbagai pihak terkait, sebagai berikut:

1. Bagi Ibu Hamil

Ibu hamil diharapkan meningkatkan kesadaran diri tentang pentingnya konsumsi tablet Fe secara teratur, karena kepatuhan ini berpengaruh langsung terhadap kesehatan ibu maupun perkembangan janin. Ibu perlu mencari informasi dan strategi untuk mengatasi efek samping, misalnya dengan mengonsumsi tablet pada malam hari sebelum tidur, meminum bersama air hangat atau jus jeruk, serta memastikan konsumsi dilakukan setelah makan agar mengurangi rasa mual. Ibu juga sebaiknya lebih aktif dalam bertanya kepada tenaga kesehatan setiap kali melakukan kunjungan antenatal care (ANC), agar tidak hanya menerima tablet Fe, tetapi juga memperoleh pemahaman yang tepat terkait cara konsumsi dan manfaatnya.

2. Bagi Keluarga

Keluarga diharapkan meningkatkan keterlibatan aktif dalam mendukung ibu hamil, khususnya suami sebagai figur utama yang dapat berperan sebagai pengingat, pemberi motivasi, dan pengawas keteraturan konsumsi tablet Fe. Anggota keluarga lain seperti ibu kandung, mertua, atau saudara juga dapat memberikan dukungan instrumental dengan menyiapkan makanan bergizi yang mengandung zat besi, protein, dan vitamin C yang dapat membantu penyerapan zat besi. Keluarga perlu membangun suasana emosional yang positif sehingga ibu hamil merasa didukung, diperhatikan, dan tidak terbebani. Lingkungan keluarga yang kondusif terbukti meningkatkan kepatuhan ibu dalam menjaga kesehatan.

3. Bagi Tenaga Kesehatan

Diharapkan meningkatkan kualitas edukasi, tidak hanya kepada ibu hamil, tetapi juga menysasar keluarga sebagai pendukung utama. Materi edukasi sebaiknya mencakup manfaat, cara konsumsi, efek samping, hingga klarifikasi terhadap mitos yang salah. Perlu dilakukan inovasi dalam metode penyuluhan, misalnya menggunakan media visual (poster, video edukasi), aplikasi digital, atau sistem pengingat melalui kader posyandu agar informasi lebih mudah dipahami dan diingat. Tenaga kesehatan juga diharapkan lebih intensif dalam pemantauan dengan cara mencatat dan mengevaluasi keteraturan konsumsi tablet Fe oleh ibu hamil, sehingga tindakan intervensi dapat dilakukan lebih cepat apabila ditemukan masalah.

4. Bagi Pemerintah Daerah dan Instansi Kesehatan

Pemerintah daerah bersama dinas kesehatan perlu memperkuat program pencegahan anemia pada ibu hamil dengan melibatkan lintas sektor, termasuk tokoh masyarakat, kader kesehatan, dan organisasi perempuan. Perlu adanya pengadaan media edukasi yang konsisten dan seragam untuk melawan mitos atau informasi keliru yang beredar di masyarakat mengenai tablet Fe. Pemerintah juga diharapkan mengadakan program pelatihan khusus bagi kader desa atau posyandu mengenai strategi komunikasi kesehatan, sehingga mereka dapat menyampaikan informasi dengan tepat, sederhana, dan menyentuh aspek budaya masyarakat setempat.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian selanjutnya disarankan memperluas jumlah responden dan cakupan wilayah penelitian agar hasil lebih representatif.