

BAB II

TINJAUAN TEORI

A. Kehamilan

1. Pengertian Kehamilan

Menurut Federasi Obstetri Ginekologi Internasional, kehamilan didefinisikan sebagai fertilisasi atau penyatuan dari spermatozoa dan ovum dan dilanjutkan dengan nidasi atau implantasi. Bila dihitung dari saat fertilisasi hingga lahirnya bayi, kehamilan normal akan berlangsung dalam waktu 40 minggu atau 10 bulan atau 9 bulan menurut kalender Internasional. Kehamilan terbagi dalam 3 trimester, dimana trimester kesatu berlangsung dalam 12 minggu, trimester kedua 15 minggu (minggu ke-13 hingga ke-27), dan trimester ketiga 13 minggu (minggu ke-28 hingga ke-40) (Prawirohardjo, 2018).

Kehamilan terjadi ketika seorang wanita melakukan hubungan seksual pada masa ovulasi atau masa subur (keadaan ketika rahim melepaskan sel telur matang), dan sperma pria pasangannya akan membuahi sel telur matang wanita tersebut. Telur yang telah dibuahi sperma kemudian akan menempel pada dinding rahim, lalu tumbuh dan berkembang selama kira-kira 40 minggu (280 hari) dalam rahim dalam kehamilan normal (Astuti, 2014)

2. Tanda dan Gejala Kehamilan

Secara klinis tanda-tanda kehamilan dibagi menjadi tiga katagori, yaitu sebagai berikut :

a. Tanda – tanda presumptive

- 1) Amenorea, yaitu wanita yang tidak mendapatkan haid karena inimerupakan salah satu bukti dini kehamilan.
- 2) Mual dan muntah (Morning sickness), dimana gejala ini sering muncul pada pagi hari sebagai respons awal tubuh terhadap tingginya kadar progesteron.

- 3) Mengidam (Ingin makanan khusus), dimana ibu hamil akan meminta makanan atau minuman tertentu yang mereka inginkan terutama pada bulan triwulan pertama. Mereka juga tidak tahan terhadap bau-bauan.
- 4) Tidak ada selera makan, dimana nafsu makan ibu hamil menurun, kejadian ini berlangsung pada triwulan pertama.
- 5) Quickening, yaitu persepsi gerakan janin untuk pertama kalinya yang dapat disadari oleh wanita pada kehamilan 18-20 minggu.
- 6) Keluhan kencing (BAK), wanita hamil akan mengalami frekuensi kencing yang bertambah dan sering kencing malam, hal ini disebabkan karena kandung kemih tertekan oleh rahim yang membesar.
- 7) Konstipasi, terjadi karena tonus otot-otot usus menurun oleh pengaruh hormon steroid.
- 8) Perubahan warna kulit, yaitu warna kulit kehitam-hitaman pada dahi, punggung hidung, dan kulit daerah tulang pipi.
- 9) Perubahan payudara, akibat stimulasi prolaktin, payudara mensekresikolostrum biasanya setelah kehamilan enam minggu.
- 10) Pemebaran vena-vena, biasanya terjadi pada kaki, betis, dan vulva, hal ini dijumpai pada triwulan akhir.

b. Tanda-tanda Memungkinkan Hamil

- 1) Perut membesar
- 2) Uterus membesar, terjadi perubahan dalam bentuk, besar, dan konsistensi rahim.
- 3) Tanda hegar, ditemukannya serviks dan isthmus yang lunak pada saat pemeriksaan di usia kehamilan 4-6 minggu.
- 4) Tanda Chadwick, yaitu suatu perubahan awal yang dapat terlihat pada perubahan warna mukosa vagina menjadi kebiruan. Tanda tersebut timbul karena akibat dari pelebaran vena karena meningkatnya kadar estrogen.
- 5) Kontraksi-kontraksi kecil uterus jika dirangsang.
- 6) Reaksi kehamilan positif.

c. Tanda pasti kehamilan

- 1) Gerakan janin yang dapat dilihat, dirasakan, dan diraba pada bagianbagianjanin.
- 2) Denyut jantung janin (DJJ), dapat didengarkan dengan stetoskop laenecatau dengan stetoskop ultrasonic (dopller).
- 3) Terlihat tulang-tulang janin dalam foto rontgen.
- 4) Test laboratorium, yaitu test inhibisi koagulasi yang bertujuan untuk mendeteksi adanya hCG dalam urin.

3. Proses Terjadinya Kehamilan

Kehamilan terjadi ketika sel telur dibuahi oleh sperma lalu tertanam di dalam lapisan rahim dan kemudian menjadi janin. Janin berkembang selama sekitar 40 minggu. Kehamilan dimulai dari pertemuan antara sperma dan sel telur ketika pria dan wanita berhubungan intim. Berikut ini tahapan berbagai proses pembuahan hingga menjadi ibu hamil, seperti:

a. Hubungan seks

Pada saat berhubungan intim, pria yang ejakulasi akan mengeluarkan air mani yang mengandung sperma di dalam vagina. Setelah masuk, sperma mulai berenang menyusuri leher rahim wanita sampai ke dalam rahim untuk mencari sel telur yang siap dibuahi sehingga terjadi kehamilan atau pembuahan. Sel telur wanita dihasilkan oleh indung telur alias ovarium. Ketika usianya sudah cukup matang, sel telur akan keluar dari ovarium dan berjalan turun ke rahim melewati saluran tuba falopi. Ini adalah bagian dari proses ovulasi. Jika sperma berhasil bertemu sel telur di tengah perjalanannya, pembuahan bisa terjadi (Ulfah, 2021).

b. Pembuahan

Sperma yang mampu berenang sangat cepat dapat bertemu dengan sel telur dalam waktu 45 menit hingga 12 jam. Namun, pada tahap ini kehamilan belum tentu ada karena proses kehamilan belum sepenuhnya terjadi. Satu sel telur bisa saja didekati oleh ratusan

hingga ribuan sperma sekaligus, tapi hanya sperma yang paling kuatlah yang bisa menembus dinding terluar sel telur. Jika sperma sudah berhasil masuk sampai inti sel telur, selanjutnya sel telur akan membuat benteng untuk mencegah sperma lain masuk. Sementara itu, sperma “pemenang” dan sel telur kemudian bergabung menjadi satu. Proses ini dinamakan sebagai pembuahan atau konsepsi (Ulfah, 2021).

c. Implantasi

Setelah sperma dan sel telur bersatu, materi ini akan bergerak dari tuba falopi menuju rahim sembari membelah diri menjadi banyak. Selama perjalanannya, materi tersebut akan membentuk sebuah bola kecil bernama blastokista yang berisi kurang lebih 100 sel berbeda. Blastokista umumnya akan sampai ke rahim sekitar 3-4 hari setelah pembuahan. Namun, blastokista juga bisa mengapung dulu di rahim selama 2-3 hari sebelum akhirnya menemukan dinding rahim untuk ditempel. Ketika blastokista sudah menempel di dinding rahim, proses ini dinamakan sebagai implantasi. Di sinilah proses kehamilan secara resmi dimulai. Namun, Anda belum bisa resmi dikatakan sebagai ibu hamil pada tahap ini (Ulfah 2021).

d. Pembentukan embrio

Setelah mantap menempel di rahim, blastokista akan mulai berkembang menjadi embrio dan plasenta. Embrio adalah bakal janin yang ada di rahim. Sementara plasenta alias ari-ari adalah organ berbentuk kantong yang akan menjadi “rumah” bagi embrio untuk bertumbuh kembang selama 9 bulan ke depan. Pada tahap ini, sudah bisa dinyatakan sebagai ibu hamil meski tandatandanya belum jelas terlihat (Ulfah, 2021).

4. Macam-macam Tanda dan Bahaya Kehamilan

Tanda bahaya kehamilan adalah tanda-tanda yang mengindikasikan adanya bahaya yang dapat terjadi selama kehamilan/

periode antenatal, yang apabila tidak dilaporkan atau tidak terdeteksi bisa menyebabkan kematian ibu (Prawirohardjo, 2018).

a. Perdarahan Pada Kehamilan Muda

Salah satu komplikasi terbanyak pada kehamilan ialah terjadinya Perdarahan. Perdarahan dapat terjadi pada setiap usia kehamilan. Pada kehamilan muda sering dikaitkan dengan kejadian abortus, *misscarriage*, *early pregnancy loss*. Perdarahan pada kehamilan muda dikenal beberapa istilah sesuai dengan pertimbangan masing-masing, setiap terjadinya perdarahan pada kehamilan maka harus selalu berfikir tentang akibat dari perdarahan ini yang menyebabkan kegagalan kelangsungan kehamilan (Prawirohardjo, 2018).

b. Muntah terus dan tidak bisa makan pada kehamilan

Mual dan muntah adalah gejala yang sering ditemukan pada kehamilan trimester I. Mual biasa terjadi pada pagi hari, gejala ini biasa terjadi 6 minggu setelah HPHT dan berlangsung selama 10 minggu. Perasaan mual ini karena meningkatnya kadar hormon estrogen dan HCG dalam serum. Mual dan muntah yang sampai mengganggu aktifitas sehari-hari dan keadaan umum menjadi lebih buruk, dinamakan Hiperemesis Gravidarum (Wiknjosastro, 2014).

c. Selaput kelopak mata pucat

Merupakan salah satu tanda anemia. Anemia dalam kehamilan adalah kondisi ibu dengan keadaan hemoglobin di bawah 11 gr% pada trimester I. Anemia dalam kehamilan disebabkan oleh defisiensi besi dan perdarahan akut bahkan tak jarang keduanya saling berinteraksi. Anemia pada trimester I bisa disebabkan karena mual muntah pada ibu hamil dan perdarahan pada ibu hamil trimester I (Prawirohardjo, 2018).

d. Demam tinggi

Ibu menderita demam dengan suhu tubuh $>38^{\circ}\text{C}$ dalam kehamilan merupakan suatu masalah. Demam tinggi dapat merupakan gejala adanya infeksi dalam kehamilan. Menurut SDKI tahun 2007 penyebab kematian ibu karena infeksi (11%). Penanganan demam antara lain dengan istirahat baring, minum banyak dan mengompres untuk menurunkan suhu

(Saifuddin, 2012). Demam dapat disebabkan oleh infeksi dalam kehamilan yaitu masuknya mikroorganisme patogen ke dalam tubuh wanita hamil yang kemudian menyebabkan timbulnya tanda atau gejala-gejala penyakit. Pada infeksi berat dapat terjadi demam dan gangguan fungsi organ vital. Infeksi dapat terjadi selama kehamilan, persalinan dan masa nifas (Prawirohardjo, 2018).

e. Perdarahan pervaginam

Perdarahan pada kehamilan usia muda atau usia kehamilan di bawah 20 minggu umumnya disebabkan oleh keguguran. Sekitar 10-12% kehamilan akan berakhir dengan keguguran yang pada umumnya (60-80%) disebabkan oleh kelainan kromosom yang ditemui pada spermatozoa maupun ovum. Perdarahan pada kehamilan lanjut atau usia diatas 20 minggu pada umumnya disebabkan oleh *plasenta previa* (Prawirohardjo, 2018).

f. Preeklamsia

Pada umumnya ibu hamil dengan usia kehamilan diatas 20 minggu disertai dengan peningkatan tekanan darah di atas normal sering diasosiasikan dengan preeklamsia. Data atau informasi awal terkait dengan tekanan darah sebelum hamil akan sangat membantu petugas kesehatan untuk membedakan hipertensi kronis (yang sudah ada sebelumnya) dengan preeklamsia (Prawirohardjo, 2018).

g. Sakit kepala yang berat

Sakit kepala yang bisa terjadi selama kehamilan, dan sering kali merupakan ketidaknyamanan yang normal dalam kehamilan. Sakit kepala yang menunjukkan suatu masalah serius, menetap dan tidak hilang dengan beristirahat. Kadang-kadang dengan sakit kepala yang hebat tersebut, ibu mungkin menemukan bahwa penglihatannya menjadi kabur atau berbayang. Sakit kepala yang hebat dalam kehamilan adalah gejala dari preeklamsia (Prawirohardjo, 2018).

h. Penglihatan kabur

Karena pengaruh hormonal, ketajaman penglihatan Ibu dapat berubah dalam kehamilan. Perubahan ringan (*minor*) normal. Masalah visual yang mengindikasikan keadaan yang mengancam adalah perubahan visual yang

mendadak, misalnya pandangan kabur dan berbayang. Penglihatan menjadi kabur atau berbanyang dapat disebabkan oleh sakit kepala yang hebat, sehingga terjadi oedem pada otak dan meningkatkan resistensi otak yang mempengaruhi sistem saraf pusat, yang dapat menimbulkan serebral (nyeri kepala, kejang), dan gangguan penglihatan (Prawirohardjo, 2018).

i. Bengkak di wajah, kaki, dan jari-jari tangan

Bengkak (oedema) adalah penimbunan cairan yang berlebih dalam jaringan tubuh, dan dapat diketahui dari kenaikan berat badan serta pembengkakan kaki, jari tangan dan muka. Bengkak bisa menunjukkan adanya masalah serius. Jika muncul pada muka dan tangan, tidak hilang setelah beristirahat, dan disertai dengan keluhan fisik yang lain. Hal ini bisa merupakan anemia, gagal jantung, atau preeklampsia. Tanda bahaya kehamilan ini terjadi pada trimester II dan III (Prawirohardjo, 2018).

j. Nyeri abdomen yang hebat

Nyeri abdomen pada kehamilan 22 minggu atau kurang (pada trimester I dan II). Hal ini mungkin gejala utama pada kehamilan ektopik atau abortus. Nyeri abdomen yang tidak berhubungan dengan persalinan normal adalah tidak normal. Nyeri abdomen yang mungkin menunjukkan masalah yang mengancam kesehatan jiwa adalah yang hebat, menetap, dan tidak hilang setelah beristirahat. Hal ini bisa berarti apendisitis, kehamilan ektopik, aborsi, penyakit radang panggul, persalinan preterm, gastritis, penyakit kandung empedu, iritasi uterus, Infeksi Saluran Kemih (ISK), atau infeksi lain (Prawirohardjo, 2018).

k. Gerakan janin tidak dirasakan

Normalnya ibu mulai merasakan gerakan janinnya selama bulan ke 5 atau ke 6 (pada trimester II dan III), beberapa ibu dapat merasakan gerakan bayinya lebih awal. Jika bayi tidur, gerakannya akan melemah. Gerakan bayi akan lebih mudah terasa jika ibu berbaring atau beristirahat dan jika ibu makan dengan baik. Apabila ibu tidak merasakan gerakan bayi seperti biasa, hal ini merupakan suatu resiko tanda bahaya kehamilan (Prawirohardjo, 2018).

1. Kurang Energi Kronis (KEK)

Ibu hamil yang mengalami KEK sering kali mengabaikannya karena menganggap bawaan hamil. Kondisi ini berpotensi membahayakan kesehatan janin dan ibu hamil sendiri. Kurang energy kronis merupakan kelelahan luar biasa menyebabkan penderitanya merasa tidka sehat dan tetap merasa lelah meski sudah beristirahat. Selain kelelahan yang luar biasa, ibu hamil yang menderita KEK juga cenderung memiliki ukuran lingkaran lengan atas (LILA) kurang dari 23,5 cm dan memiliki penambahan berat badan kurang dari 9 kg selama kehamilan (Prawirohardjo, 2018).

5. Patologi Selama Kehamilan

Kehamilan merupakan proses suatu kehidupan seorang wanita, banyak terjadi perubahan besar wanita itu sendiri, baik dari aspek fisik, mental dan sosialnya. Adanya faktor-faktor yang mempengaruhi kehamilan yaitu : faktor fisik, faktor psikologi dan faktor lingkungan, sosial, budaya, serta ekonomi. Setiap faktor saling mempengaruhi, karena saling terkait satu sama lain dan dapat merupakan suatu sebab dan akibat. (Gultom, 2020)

Kehamilan terdapat 3 pembagian trimester, trimester 1 yaitu dimulai dari konsepsi sampai tiga bulan (0-12 minggu), trimester 2 yaitu dimulai dari bulan ke empat sampai enam bulan (13-28 minggu), dan trimester 3 yaitu dari bulan tujuh sampai sembilan bulan (29-42 minggu) atau (Fatimah, 2017)

B. Anemia Pada Ibu Hamil

1. Defisinisi Anemia Pada Ibu Hamil

Anemia merupakan kondisi dimana sel darah merah tidak mencukupi kebutuhan fisiologis tubuh. Kebutuhan fisiologis tersebut berbeda pada setiap orang, dimana dapat dipengaruhi oleh jenis kelamin, tempat tinggal, perilaku merokok, dan tahap kehamilan. Berdasarkan WHO, anemia pada kehamilan ditegakkan apabila kadar hemoglobin (Hb) <11 g/dL. Sedangkan *center of disease control and prevention* mendefinisikan anemia sebagai kondisi dengan kadar Hb <11 g/dL para trimester pertama dan ketiga, Hb <10,5 g/dL pada trimester kedua, serta <10 g/dL pada pasca

persalinan. Dampak anemia pada ibu hamil dapat diamati dari besarnya angka kesakitan dan kematian maternal, peningkatan angka kesakitan dan kematian janin, serta peningkatan resiko terjadinya berat badan lahir rendah.

2. Jenis Anemia Pada Kehamilan

Anemia karena perdarahan, anemia karena perdarahan bisa terjadi pada masa kehamilan dan pada masa nifas

- a. Anemia akibat perdarahan dapat terjadi selama masa kehamilan (perdarahan antepartum), namun lebih sering terjadi pada pasca salin (perdarahan postpartum). Kehilangan darah selama kehamilan dapat menyebabkan anemia berat, sehingga menyebabkan terjadinya peningkatan angka kelahiran preterm. Sedangkan pada masa nifas salah satu penyebab terbanyak mortalitas maternal, terutama dinegara berkembang. Kematian ibu akibat perdarahan dapat dicegah dengan manajemen aktif kala III, pemberian agen uterotonika dan resusitasi cairan, intervensi bedah dan ketersediaan darah untuk tranfusi.
- b. Anemia Hipoproliferatif, dibagi menjadi 2 jenis yaitu : anemia defisiensi Besi dan anemia defisiensi asam folat, vitamin B12 dan B6.
- c. Anemia defisiensi besi merupakan anemia yang paling sering terjadi saat kehamilan, yang dipicu oleh perubahan fisiologis maternal. Anemia defisiensi asam folat dapat terjadi pada wanita dengan diet yang tidak seimbang, malabsorpsi dan penyalahgunaan alkohol. Gejala yang muncul diawal kehamilan mual, muntah serta anoreksia yang memburuk, defisiensi vitamin B12 dapat terjadi pada Ibu dengan kadar B12 yang rendah memiliki resiko berbagai komplikasi kehamilan, diantaranya defek lambung saraf, abortus spontan dan berat bayi lahir rendah, sedangkan defisiensi vitamin B6 bisa terjadi pada ibu hamil dengan anemia yang tidak responsif terhadap pemberian zat besi, perlu dipertimbangkan adanya defisiensi vitamin B6.
- d. Anemia Akibat Proses Inflamasi, anemia dapat terjadi akibat infeksi parasit maupun bakteri dan penyakit inflamasi kronis yang mempengaruhi pencernaan.

- e. Anemia karena Penyakit Ginjal, ibu hamil dengan gagal ginjal atau dengan transplantasi ginjal dapat terjadi anemia sedang hingga berat selama kehamilan. Sedangkan angka kejadian kelahiran preterm lebih tinggi pada anemia karena penyakit ginjal.

3. Tingkatan Anemia Pada Ibu Hamil

Menurut WHO yaitu (2022):

- a. Anemia ringan: anemia pada ibu hamil disebut ringan apabila kadar hemoglobin ibu 10,9 g/dl sampai 10g/dl.
- b. Anemia berat: anemia pada ibu hamil disebut berat apabila kadar hemoglobin ibu berada dibawah 7,0g/dl.

4. Dampak Anemia Pada Ibu Hamil

Pada umumnya penyebab paling sering terjadinya anemia pada kehamilan adalah defisiensi zat besi, yang timbul dari transfer zat besi ibu-janin, yang tidak jarang diperburuk oleh penurunan cadangan zat besi ibu. Studi Model Dampak Gizi, analisis sistematis dari 257 data perwakilan populasi dari 107 negara, prevalensi global anemia pada kehamilan diperkirakan sebesar 43% pada tahun 1995 dan 38% pada tahun 2011 .

Menurut WHO (World Health Organization) dan Bailit JL anemia mempengaruhi sekitar 40% dari wanita hamil di seluruh dunia dan hampir sepertiga dari wanita hamil di Amerika Serikat. Menurut Kidanto HL Anemia pada kehamilan telah dikaitkan dengan tingkat kematian ibu yang lebih tinggi, kematian perinatal, kelahiran prematur, preeklamsia, berat badan lahir rendah, kelahiran hidup kecil untuk usia kehamilan (SGA), dan persalinan sesar. Risiko efek samping ini mungkin sebanding dengan tingkat keparahan anemia angka kelahiran prematur dan berat badan lahir rendah secara nyata meningkat di antara wanita dengan kadar hemoglobin kurang dari 7 g / dL .

Dampak resiko ibu hamil dengan anemia yaitu kelelahan, pucat, takikardia, toleransi olahraga yang buruk, dan kinerja kerja yang kurang optimal. Selain itu menyebabkan kehilangan cadangan darah selama persalinan yang dapat meningkatkan kebutuhan transfusi darah, preeklamsia, solusio

plasenta, gagal jantung, dan kematian. (Wulandari, Anjar Fifi, Emi Sutrisminah, Susiloningtyas 2021).

5. Pencegahan Dan Penanggulangan Anemia Pada Ibu Hamil

Pemenuhan gizi seimbang akan membantu ibu hamil mencegah anemia. Prinsip memenuhi gizi seimbang bagi ibu hamil adalah mengkonsumsi beraneka ragam pangan yang jumlahnya seimbang. Porsi makan pun bertambah karena kebutuhan gizi meningkat. Jika sebelum hamil ibu makan dan memenuhi gizi untuk diri sendiri, saat hamil ibu harus memenuhi kebutuhan janin juga dan persiapan melahirkan.

a. Zat gizi utama

Sama seperti pemenuhan gizi saat sebelum hamil, yaitu memenuhi kebutuhan zat gizi utama seperti energi, protein, lemak, dan karbohidrat, hanya saja jumlahnya meningkat. Pemenuhi protein perlu perhatian lebih karena protein penting untuk pertumbuhan jaringan tubuh ibu dan janin. Pemenuhan protein bisa diperoleh dari lauk pauk yang dikonsumsi. Jika biasanya ibu hanya mengkonsumsi 2 bahkan hanya 1 jenis lauk di setiap makan, sebaiknya porsinya ditambah. Setiap kali makan disarankan ada 2 jenis lauk hewani dan 1 lauk nabati, serta tentunya sayur dan buah-buahan. Jangan lupa selingan di jeda makan utama. Pemilihan selingan atau camilan pun harus diperhatikan. Hindari camilan yang berlemak, terlalu manis, dan makanan yang diawetkan.

b. Zat Besi

Zat besi adalah mineral yang berperan penting dalam pembentukan Hemoglobin (Hb). Sumber zat besi pada makanan ada pada lauk hewani seperti daging, ikan, ayam. Sumber pada lauk nabati seperti tahu, kacang-kacangan, dan sayur-sayuran yang berwarna hijau seperti bayam dan brokoli.

c. Asam Folat

Kebutuhan asam folat pada ibu hamil sangat penting untuk dipenuhi, bahkan sebaiknya dipenuhi saat merencanakan kehamilan. Kekurangan asam folat saat hamil menyebabkan tubuh menjadi lemas dan lelah. Selain itu dapat

menghambat dan mengganggu perkembangan janin dalam kandungan. Sumber asam folat pada makanan ada pada telur, sayuran daun hijau, seperti bayam, brokoli, seledri, buncis, lobak hijau, atau selada. Kacang-kacangan, seperti kacang polong, kacang merah, kacang kedelai, kacang hijau. Buah-buahan seperti jeruk, alpukat, papaya, pisang.

d. Vitamin B12

Vitamin B12 juga diperlukan tubuh untuk membantu produksi sel darah merah. Sumber vitamin B12 ada pada kacang kedelai termasuk susu kedelai, ikan, daging ayam, telur, susu, yoghurt.

e. Vitamin C

Vitamin C membantu tubuh menyerap zat besi dari makanan secara lebih efisien. Sumber vitamin C ada pada buah-buahan seperti jeruk, jambu biji, papaya, stroberi.

Selain memenuhi kebutuhan gizi tersebut, sebaiknya ibu hamil menghindari makanan yang mengandung zat penghambat penyerapan zat besi, seperti kafein pada kopi dan zat tannin pada teh. Tentunya selain memperoleh asupan gizi dari makanan, ibu hamil juga disarankan mengkonsumsi suplemen tambahan. Biasanya ibu hamil diberikan tablet tambah darah atau suplemen lainnya oleh dokter kandungan atau bidan yang merawat.

6. Penyebab Anemia Pada Ibu Hamil

Anemia pada ibu hamil disebabkan oleh banyak faktor, berikut beberapa faktor yang mempengaruhi anemia pada ibu hamil:

a. Pengetahuan ibu

Notoatmodjo dalam Albunsiary (2020). berpendapat bahwa pengetahuan (knowledge) adalah informasi yang memiliki makna yang dimiliki seseorang dalam bidang kajian tertentu. Hal ini sesuai dengan teori Notoadmojo (dalam Ayu, 2022), beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang yaitu tingkat pendidikan karena seseorang memiliki kemampuan untuk belajar merupakan bekal yang sangat mendasar sehingga

tingkat pendidikan dapat menghasilkan perubahan pengetahuan. Pendidikan adalah jenjang sekolah formal terakhir ibu yang ditamatkan. Ibu dengan tingkat pendidikan rendah lebih sulit menerima informasi dari pada ibu dengan tingkat pendidikan tinggi. Pendidikan membentuk suatu nilai tertentu bagi manusia, terutama dalam membuka pikirannya serta menerima hal-hal baru dan juga cara berfikir secara ilmiah. Pendidikan mengajarkan manusia untuk dapat berfikir secara obyektif, hal mana yang akan dapat memberikan kemampuan baginya untuk dapat menilai, apakah kebudayaan masyarakat akan dapat memenuhi kebutuhan atau tidak (Sulistjningsih, 2021).

Ibu yang cukup pengetahuan akan dapat memperhitungkan kebutuhan gizinya agar mendapatkan Hb yang normal . Selain itu pengetahuan yang dimiliki ibu akan berpengaruh terhadap jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi. Rendahnya pengetahuan dan pendidikan dasar ibu merupakan faktor penyebab mendasar terpenting karena sangat mempengaruhi tingkat kemampuan individu, keluarga dan masyarakat dalam mengelola sumber daya yang ada untuk mendapatkan kecukupan serta sejauhmana sarana pelayanan kesehatan yang tersedia dapat dimanfaatkan sebaik-baiknya.

Menurut (Notoadmodjo, 2021), pengetahuan yang dicakup dalam kognitif mempunyai 6 tingkat, yakni :

1) Tahu (know)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk ke dalam tingkat ini adalah mengingat kembali (recall) terhadap sesuatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima. Oleh sebab itu, tahu ini merupakan tingkat paling rendah. Kata kerja untuk mengatur bahwa orang tahu tentang apa yang dipelajari antara lain menyebutkan, menguraikan, mendefinisikan, menyatakan dan sebagainya.

2) Memahami (comprehension)

Memahami diartikan sebagai kemampuan menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui, dan dapat menginterpretasi materi tersebut secara

benar. Orang yang telah paham terhadap objek atau materi harus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan dan sebagainya terhadap objek yang dipelajari.

3) Aplikasi (application)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi sebenarnya. Aplikasi dapat diartikan penggunaan hukum-hukum, metode, prinsip, dan sebagainya dalam konteks atau situasi yang lain.

4) Analisis (analysis)

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen, tetapi masih dalam suatu struktur organisasi tersebut, dan masih ada kaitannya satu sama lain. Kemampuan analisis dapat dilihat dari penggunaan kata-kata kerja : dapat menggambarkan (membuat bagan), membedakan, memisahkan, mengelompokkan dan sebagainya.

5) Sintesis (synthesis)

Sintesis menunjuk pada sebuah kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Misalnya dapat menyusun, dapat merencanakan, dapat meringkaskan, dapat menyesuaikan terhadap suatu teori atau rumusan-rumusan yang telah ada. Menurut Budiman agus riyanto (2020) dalam membuat kategori tingkatan Pengetahuan bisa juga di kelompokkan menjadi 2 kelompok jika yang diteliti masyarakat umum yaitu sebagai berikut :

- 1) Tingkat pengetahuan baik jika nilainya $> 50\%$
- 2) Tingkat pengetahuan kategori kurang baik jika nilainya $< 50\%$

b. Pendapatan keluarga

Pendapatan adalah seluruh penerimaan baik berupa uang maupun barang baik dari pihak lain maupun dari hasil sendiri. Menurut Sulistjningsih, variabel ekonomi yang cukup dominan dalam mempengaruhi konsumsi pangan adalah pendapatan Perkapita keluarga dan harga. Meningkatnya pendapatan maka akan meningkatkan peluang untuk membeli

pangan dengan kuantitas dan kualitas yang lebih baik, sebaliknya penurunan pendapatan akan menyebabkan menurunnya daya beli pangan.

pendapatan tinggi, akan menunjang tumbuh kembang janin, karena orang tua dapat menyediakan semua kebutuhan baik yang primer maupun yang sekunder. keadaan ekonomi keluarga relative mudah diukur dan berpengaruh besar pada konsumsi pangan, terutama pada golongan miskin. Hal ini disebabkan karena penduduk golongan miskin menggunakan sebagian besar pendapatannya untuk memenuhi kebutuhan makan (Sulistjningsih, 2021).

Berdasarkan penggolongannya Badan Pusat Statistik (2019) membedakan pendapatan penduduk menjadi 4 golongan yaitu:

- Golongan pendapatan sangat tinggi adalah jika pendapatan rata-rata lebih dari Rp. 3.500.000 per bulan.
- Golongan pendapatan tinggi adalah jika pendapatan rata-rata antara Rp2.500.000 s/d Rp. 3.500.000 per bulan.
- Golongan pendapatan sedang adalah jika pendapatan rata-rata dibawah antara Rp. 1.500.000 s/d 2.500.000 per bulan.
- Golongan pendapatan rendah adalah jika pendapatan rata-rata Rp. 500.000 s/d Rp. 1.500.000 per bulan.

c. Status Gizi

Status gizi ibu hamil adalah suatu keadaan keseimbangan dalam tubuh ibu hamil sebagai akibat pemasukan konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi yang digunakan oleh tubuh untuk kelangsungan hidup dalam mempertahankan fungsi-fungsi organ tubuh. susunan makanan sehari-hari yang mengandung zat-zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman atau variasi makanan, aktivitas fisik, kebersihan, dan berat badan ideal sehingga menciptakan keadaan ibu hamil bebas anemia.

Pengukuran antropometri merupakan salah satu cara untuk menilai status gizi ibu hamil. Ukuran antropometri ibu hamil yang paling sering digunakan adalah kenaikan berat badan ibu hamil dan ukuran lingkaran lengan atas (LILA) selama kehamilan.

d. Kepatuhan minum tablet Fe

Program pemerintah dalam menangani anemia pada ibu hamil antara lain dengan peningkatan suplementasi tablet zat besi pada ibu hamil, setiap ibu hamil dapat mengkonsumsi tablet Fe 1 tablet/hari, yang secara program pemerintah setiap ibu hamil diharapkan mendapat tablet Fe minimal 90 tablet selama kehamilan, peningkatan KIE untuk meningkatkan konsumsi tablet besi dan bahan makanan alamiah sumber zat besi (Martini 2023). Akan tetapi tidak semua ibu hamil yang mendapat tablet Fe meminumnya secara rutin, hal ini bisa disebabkan karena faktor ketidaktahuan pentingnya tablet Fe untuk kehamilannya (Abadi 2021).

Kebutuhan zat besi selama kehamilan meningkat karena di gunakan untuk pembentukan sel dan jaringan baru termasuk jaringan otak pada janin. Zat besi merupakan unsur penting dalam pembentukan Hemoglobin pada sel darah merah dapat mencegah anemia defisiensi zat besi, mencegah pendarahan saat masa persalinan dan menurunkan resiko kematian pada ibu karena pendarahan pada saat persalinan.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan minum tablet Fe :

a) Pengetahuan

Pengetahuan adalah hasil dari tahu, dan terjadi setelah melakukan penginderaan suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui pancaindra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar yaitu didapat melalui mata dan telinga. Pengetahuan diperoleh dari proses belajar yang dapat membentuk keyakinan tertentu sehingga seseorang berperilaku berdasarkan keyakinannya dan pengetahuan berhubungan dengan kepatuhan karena pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya perilaku.

Pengetahuan disini erat kaitannya dengan pendidikan. Semakin tinggi pendidikan ibu hamil maka kemungkinan akan lebih mudah untuk mencerna informasi tentang manfaat tablet Fe dan bahaya jika terjadi anemia selama kehamilan jadi akan mempengaruhi ibu hamil dalam memilih dan mengevaluasi sesuatu yang baik untuk kesehatan dirinya dan

kehamilannya (Pengetahuan yang diperoleh melalui penginderaan ibu hamil terhadap informasi kesehatan selama kehamilan akan berpengaruh terhadap perilaku ibu hamil dalam menjaga kesehatannya. Pengetahuan tentang tablet Fe dan manfaatnya menjadi salah satu dari faktor yang mendorong ibu untuk patuh dalam mengkonsumsi tablet Fe dan mayoritas ibu hamil yang mengkonsumsi tablet Fe mengetahui manfaat dan tujuan mengkonsumsi tablet tersebut.

Pengetahuan ibu hamil jika baik tentang dampak anemia pada kehamilan, resiko atau komplikasi jika seseorang mengalami anemia, serta manfaat tablet atau suplemen zat besi, maka ibu hamil tersebut akan mau dan berusaha untuk menghindari timbulnya anemia, dengan cara mengkonsumsi tablet Fe secara teratur dan didukung dengan mengkonsumsi makanan bergizi. Sebaliknya, jika pengetahuannya rendah, maka kemungkinan akan menolak minum tablet Fe secara teratur, apalagi jika dirasa ada efek samping yang mengganggu.

b) Motivasi

Motivasi adalah keinginan dalam diri seseorang yang mendorongnya untuk berperilaku. Motivasi yang baik dalam mengkonsumsi tablet Fe karena keinginan untuk mencegah anemia dan menjaga kesehatan ibu hamil dan janinnya, namun keinginan ini biasanya hanya pada tahap anjuran dari petugas kesehatan, bukan atas keinginan diri sendiri. Semakin baik motivasi maka semakin patuh ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet Fe karena motivasi merupakan kondisi internal manusia seperti keinginan dan harapan yang mendorong individu untuk berperilaku agar mencapai tujuan yang dikehendakinya.

Motivasi dari petugas kesehatan merupakan faktor lain yang dapat mempengaruhi kepatuhan. Motivasi mereka terutama berguna saat pasien menghadapi bahwa perilaku sehat yang baru tersebut merupakan hal penting.

Begitu juga mereka dapat mempengaruhi perilaku pasien dengan cara menyampaikan antusias mereka terhadap tindakan tertentu dari pasien, dan secara terus menerus memberikan penghargaan yang positif bagi pasien

yang telah mampu beroreintasi dengan program pengobatannya. Jika petugas kesehatan memberikan motivasi untuk mengkonsumsi tablet zat besi pada ibu hamil maka konsumsi tablet zat besi akan lebih mudah tercapai. Namun jika petugas kesehatan kurang atau tidak ada sama sekali maka dapat mengakibatkan ibu hamil tidak mengkonsumsi tablet zat besi.

Hal ini disebabkan karena dukungan sosial sangat besar pengaruhnya terhadap praktek atau tindakan seseorang, terutama ibu hamil yang berada dalam mengkonsumsi zat besi.

c) Dukungan Keluarga

Keluarga mempunyai peran yang signifikan dalam mendukung ibu untuk mengonsumsi tablet Fe secara rutin. Ibu seringkali lupa untuk minum tablet Fe secara rutin bahkan berhenti untuk mengonsumsinya bila tidak ada dukungan dari keluarganya .

Anggota keluarga akan mengingatkan ibu untuk mengonsumsi tablet Fe tersebut. Dukungan memang sangat penting bagi ibu mengingat bahwa tablet Fe harus dikonsumsi setiap hari untuk jangka waktu yang lama. Upaya yang dilakukan dengan mengikutkan peran serta keluarga adalah sebagai faktor dasar penting yang ada berada disekeliling ibu hamil dengan memberdayakan anggota keluarga terutama suami untuk ikut membantu para ibu hamil dalam meningkatkan kepatuhannya mengonsumsi tablet besi. Upaya ini sangat penting dilakukan, sebab ibu hamil adalah seorang individu yang tidak berdiri sendiri, tetapi ia bergabung dalam sebuah ikatan perkawinan dan hidup dalam sebuah bangunan rumah tangga dimana faktor suami akan ikut mempengaruhi pola pikir dan perilakunya termasuk dalam memperlakukan kehamilannya.

d) Kunjungan Antenatal Care

Menurut Ikatan Bidan Indonesia, untuk mendeteksi anemia pada kehamilan dilakukan pemeriksaan kadar hemoglobin ibu hamil. Pemeriksaan dilakukan pertama sebelum minggu ke 12 dalam kehamilannya dan minggu ke 28. Pemeriksaan kadar hemoglobin yang dianjurkan pada trimester pertama dan trimester ketiga kehamilan, sering hanya dapat dilaksanakan pada trimester ketiga karena kebanyakan wanita

hamil baru memeriksakan kehamilannya pada trimester kedua kehamilan sehingga pemeriksaan hemoglobin pada kehamilan tidak berjalan dengan seharusnya.

e) Efek Samping Tablet Fe

Efek samping setelah mengonsumsi tablet Fe yang dialami oleh sebagian ibu hamil telah lama diyakini sebagai salah satu faktor utama penyebab rendahnya kepatuhan ibu. Sebagian ibu hamil melaporkan bahwa mereka mengalami mual dan muntah setelah mengonsumsi tablet Fe sehingga membuat mereka tidak mau melanjutkan untuk mengonsumsi tablet Fe.

Pencegahan anemia dengan mengonsumsi tablet Fe memang memberikan efek samping yang tidak menyenangkan. Ibu hamil merasa mual akibat rasa dan bau dari tablet Fe. Selain itu, tablet Fe yang dikonsumsi setiap hari menimbulkan rasa bosan sehingga seringkali ibu hamil lupa dan merasa malas untuk mengkonsumsinya. Meskipun tablet Fe telah diberikan kepada ibu hamil, belum dapat dipastikan apakah tablet tersebut dimakan oleh ibu hamil sehingga terjadi ketidakpatuhan dalam mengonsumsi tablet Fe.

Ada beberapa cara yang dianjurkan untuk mengurangi keluhan dari efek samping konsumsi tablet Fe, yaitu:

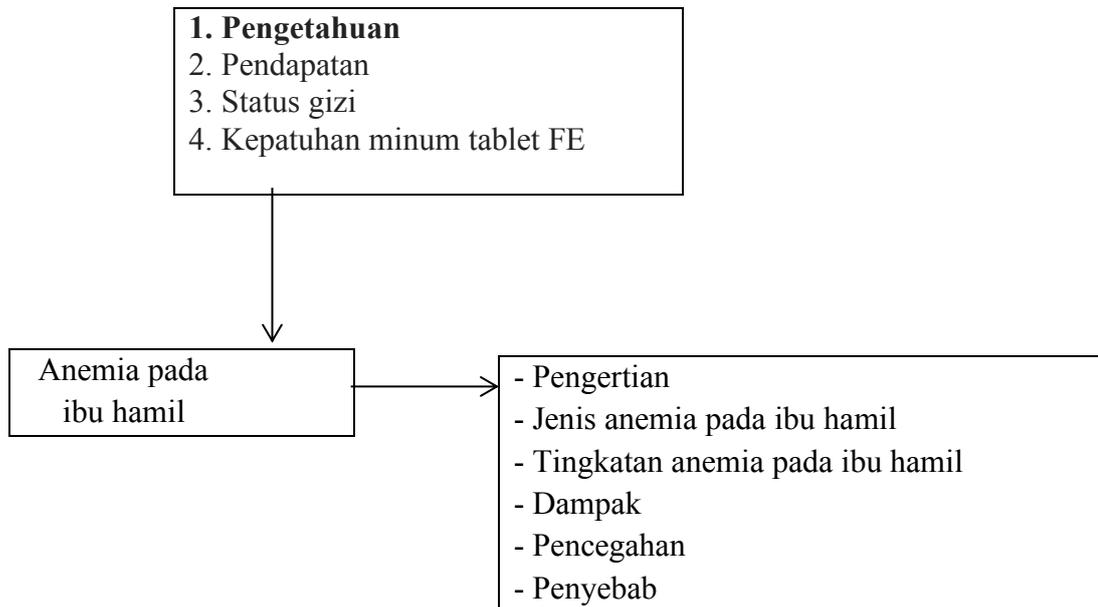
- 1) Sebaiknya tablet Fe diberikan pada saat sebelum tidur malam karena akan mengurangi rasa mual.
- 2) Minum tablet Fe pada saat makan atau segera sesudah makan dapat mengurangi gejala mual yang menyertainya tetap juga akan menurunkan jumlah zat besi yang diabsorpsi.
- 3) Jika dalam mengonsumsi tablet Fe ibu mengalami sembelit, sebaiknya makan buah-buahan atau makanan lain yang mengandung serat serta minum sedikitnya delapan gelas cairan dalam sehari.

C. Penelitian Terkait

Dalam penyusunan proposal ini, penulis sedikit terinspirasi dan mereferensi dari penelitian penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan latar belakang masalah. Berikut ini penelitian terdahulu yang berhubungan dengan skripsi antara lain :

1. Revi Juliana Sinaga, dkk pada tahun 2021 dengan judul “Determinan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Tunggakjati Kecamatan Karawang Barat Tahun 2019” di dapatkan hasil penelitian yang menunjukkan sebanyak 50 orang (71.4%) memiliki pengetahuan yang kurang. lebih banyak dari pada responden yang berpengetahuan baik tentang anemia sebanyak 20 orang (28.6%). Di simpulkan bahwa pengetahuan responden tidak baik tentang anemia.
2. Parmiana Bangun, dkk pada tahun 2023 dengan judul “Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Dalam Pencegahan Anemia Defisiensi Zat Besi Dengan Mengonsumsi Tablet Fe Di Puskesmas Simarimbun Kota Pematangsiantar” di dapatkan hasil penelitian yang menunjukkan berdasarkan tingkat pengetahuan mayoritas rendah 14 orang (56%). Di simpulkan bahwa pengetahuan responden tentang anemia rendah.
3. Noviati Fuada, dkk pada tahun 2019 dengan judul “Hubungan pengetahuan makanan sumber zat besi dengan status anemia pada ibu hamil” di dapatkan hasil penelitian yang menunjukkan Hasil studi memperlihatkan Responden yang menyelesaikan pendidikan sampai dengan perguruan tinggi (SMA) hanya sebesar 5,5 persen. Di simpulkan bahwa Rendahnya pendidikan ibu hamil berdampak terhadap rendahnya pengetahuan.

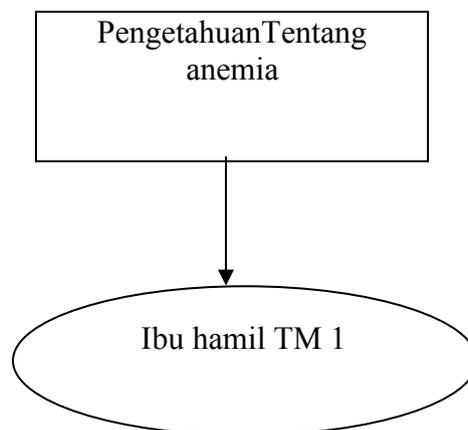
D. Kerangka Teori



Gambar 1. Kerangka Teori

Sumber: WHO (2021) dan Ghosh dkk. (2023)

E. Kerangka Konsep



Gambar 2. Kerangka Konsep

Sumber: WHO (2021) dan Sari (2020)

F. Definisi Operasional

Tabel 1
Definisi Operasional

No	Variabel	Devinisi	Alat ukur	Cara Ukur	Hasil ukur	Skala
1.	Tingkat Pengetahuan	Pengetahuan : kemampuan ibu untuk menjawab pengetahuan tentang anemia.	Kuesioner	Checklist	<p>Baik : jika jawaban benar > 50%</p> <p>Kurang baik: jika jawaban benar < 50%</p> <p>(Budiman agus riyanto 2020)</p>	Ordinal