

BAB II

TINJAUAN TEORITIS

2.1 Ibu Hamil

2.1.1 Pengertian Ibu Hamil

Ibu hamil adalah orang yang sedang dalam proses pembuahan untuk melanjutkan keturunan. Di dalam tubuh seorang wanita hamil terdapat janin yang tumbuh di dalam rahim. Kehamilan merupakan masa kehidupan yang penting. Seorang ibu hamil harus mempersiapkan diri sebaik- baiknya agar tidak menimbulkan permasalahan pada kesehatan ibu, bayi, dan saat proses kelahiran. Salah satu faktor yang mempengaruhi kesehatan ibu adalah keadaan gizi. (Miftahul, 2019)

2.1.2 Kebutuhan Gizi Masa Hamil

Selama hamil metabolisme energi dan zat gizi lain dalam tubuh meningkat. Peningkatan kebutuhan energi dan zat gizi lain dibutuhkan untuk pertumbuhan janin di dalam kandungan, pertambahan besarnya organ kandungan, perubahan komposisi dan metabolisme tubuh ibu. Defisiensi kebutuhan zat gizi selama hamil dapat mengakibatkan pertumbuhan janin yang tidak sempurna.

World Health Organization (WHO) menganjurkan jumlah tambahan energi untuk ibu hamil trimester I adalah 150 kcal dalam satu hari, untuk ibu hamil trimester II dan III ibu hamil memerlukan tambahan energy sebesar 350 kcal dalam satu hari. Selain kebutuhan energi, kebutuhan protein selama hamil juga meningkat hingga 68% dari sebelum hamil.

Seorang wanita hamil akan mengalami peningkatan volume darah, hal ini menyebabkan kebutuhan akan zat besi juga meningkat. Jumlah zat besi yang dibutuhkan selama hamil sekitar 800-1000 mg diantaranya untuk mencukupi kebutuhan peningkatan sel darah merah yang membutuhkan zat besi 300-400 mg zat besi hingga usia kehamilan 32 minggu, untuk memenuhi kebutuhan janin sekitar 100-200 mg zat besi dan untuk memenuhi pertumbuhan plasenta sekitar 100-200 mg zat besi. Zat besi akan hilang sekitar 190 mg saat melahirkan. (Natalia, 2017)

2.2 Anemia Pada Kehamilan

2.2.1 Pengertian Anemia

Anemia adalah suatu keadaan dimana sel darah merah atau eritrosit atau massa hemoglobin dalam darah berkurang sehingga tidak dapat membawa oksigen ke seluruh jaringan. *World Health Organization* (WHO) menyebutkan jika anemia adalah suatu keadaan dimana kadar hemoglobin dalam darah kurang dari batas normal berdasarkan kelompok umur yang bersangkutan, jenis kelamin dan kondisi fisiologis. (Wirakusumah, 2017)

2.2.2 Etiologi Anemia

Penyebab kejadian anemia pada ibu hamil adalah :

1. Anemia yang terjadi pada ibu hamil bisa disebabkan karena adanya pantangan makanan selama kehamilan. Ibu hamil enggan mengkonsumsi daging, ikan, hati atau pangan hewan lainnya dengan alasan yang tradisional.

2. Faktor ekonomi, kondisi ekonomi ibu hamil yang pas – pasan bahkan rendah mengakibatkan ibu hamil tidak dapat mengkonsumsi lauk hewani setiap kali makan

Anemia juga bisa disebabkan karena selama kehamilan metabolisme dalam tubuh meningkat, sehingga kebutuhan asupan pada ibu hamil juga meningkat.(Yuli Reni and Ertiana Dwi, 2018)

2.2.3 Upaya Penanggulangan Anemia

Upaya – upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah kejadian anemia selama masa kehamilan adalah sebagai berikut :

1. Meningkatkan konsumsi besi dari makanan seperti hati, ikan, daging, banyak mengkonsumsi buah – buahan yang kaya vitamin C dan vitamin A karena bermanfaat untuk membantu penyerapan besi dan membantu proses pembentukan hemoglobin.
2. Fortifikasi pada bahan makanan dengan cara menambahkan besi, asam folat, vitamin A dan asam amino essensia.
3. Suplementasi besi-folat secara rutin dalam jangka waktu tertentu.

(Andriani, 2016)

2.3 Tablet Besi

2.3.1 Pengertian Tablet Besi

Tablet besi adalah hasil suplementasi antara zat besi dan asam folat yang diberikan pada ibu hamil untuk mencegah kejadian anemia gizi besi selama kehamilan. Suplementasi tablet zat besi adalah adalah pemberian zat besi folat yang berbentuk tablet, tiap tablet 60 mg besi elemental dan 1,25 mg asam folat,

yang diberikan oleh pemerintah pada ibu hamil untuk mengatasi masalah anemia gizi besi.(Setiyaningrum, 2015).

Pemberian suplementasi zat besi menguntungkan karena dapat memperbaiki status hemoglobin dalam tubuh waktu relatif singkat. Sampai sekarang cara ini masih merupakan salah satu cara yang dilakukan pada ibu hamil dan kelompok yang berisiko tinggi lainnya, seperti anak balita, anak sekolah dan pekerja. Di Indonesia, pil besi yang digunakan dalam suplementasi zat besi adalah “Ferrous Sulfur”, senyawa ini digolong murah dan dapat di absorpsi sampai 20%.(Ananti and Muthmainah, 2016)

2.3.2 Dosis Dan Pemberian Zat Besi Untuk Ibu Hamil

Dosis suplemen zat besi diberikan sesuai usia dan tujuan pemberian suplemen. Jika diberikan untuk kondisi defisiensi besi, perlu dilakukan pemeriksaan kadar zat besi berkala untuk mengevaluasi keberhasilan terapi.

Pada orang dewasa untuk mengatasi anemia defisiensi besi, dosis suplemen besi dalam bentuk besi elemental adalah 100-200 mg, dua kali sehari. Sedangkan dosis yang diberikan untuk pencegahan anemia defisiensi besi adalah 60 mg, sekali sehari.

Dosis pemberian untuk dewasa 1x sehari 1 tablet sewaktu atau sesudah makan, atau menurut petunjuk petugas kesehatan. Keterangan pada umumnya preparat yang mengandung besi menyebabkn tinja berwarna hitam. Dalam satu kemasan berisi 10 strip

Satu tablet besi memiliki komposisi besi (III) fumarat 300 mg, mangan sulfat 0.4 mg, tembaga sulfat 0.4 mg, vitamin C 100 mg, asam folat 2 mg, vitamin B12 15 mcg, dan faktor intrinsik 25 mg.

Suplemen zat besi lebih mudah diserap oleh aliran darah jika dikonsumsi 1 jam sebelum makan atau saat perut masih dalam keadaan kosong.

2.3.3 Kebutuhan Zat Besi Untuk Ibu Hamil

Zat besi dibutuhkan untuk membentuk sel darah merah, metabolisme energi, pertumbuhan dan untuk mencegah terjadinya anemia. Kebutuhan zat besi pada ibu hamil naik dua kali lipat dibandingkan sebelum hamil. Kebutuhan zat besi ibu naik dari 18 mg menjadi 30-60 mg perhari.

Zat besi digunakan untuk membentuk hemoglobin dan protein di dalam sel darah merah yang berfungsi membawa oksigen untuk diedarkan ke jaringan tubuh. Pada saat umur kehamilan 0-12 minggu (Trimester I) rata-rata kebutuhan zat besi relatif kecil yaitu kurang lebih 30 mg/ hari. Saat umur kehamilan 13-28 minggu rata-rata kebutuhan zat besi kurang lebih 50 mg/ hari, saat umur kehamilan 29-40 minggu rata-rata kebutuhan zat besi akan meningkat kurang lebih 60 mg/ hari.(Shofiana, Widari and Sumarmi, 2018)

2.3.4 Dampak Kekurangan Tablet Fe Pada Masa Kehamilan

Kurangnya zat besi dan asam folat dapat menyebabkan anemia. Proses kekurangan zat besi sampai menjadi anemia melalui beberapa tahap. Awalnya terjadi penurunan simpanan cadangan zat besi, bila tidak dipenuhi masukan zat besi, lama kelamaan timbul gejala anemia disertai penurunan kadar hb.(Ani, 2017)

Anemia adalah suatu keadaan dimana kadar hemoglobin dalam darah kurang dari normal, yang berbeda untuk setiap kelompok umur dan jenis kelamin. Kadar normal hemoglobin dalam darah yaitu : anak balita 11 gr%, anak usia sekolah 12 gr%, wanita dewasa 12 gr%, ibu hamil 11 gr%, laki-laki 13 gr%, ibu menyusui 12 gr%.(Miftahul, 2019)

Ciri-ciri dan tanda-tanda gejala anemia tidak khas dan sulit ditentukan, tetapi dapat terlihat dari kulit dan konjungtiva yang pucat, lemah, nafas pendek dan nafsu makan hilang. Penentuan anemia klinis dipengaruhi oleh banyak variabel seperti ketebalan kulit dan pigmentasi, yang tidak dapat diandalkan, kecuali pada anemia berat. Oleh karena itu, pemeriksaan laboratorium sebaiknya digunakan untuk mendiagnosa dan menentukan beratnya anemia.(Proberawati, 2018)

2.3.5 Penyerapan Absorbsi Tablet Fe

Penyerapan zat besi non hem sangat dipengaruhi oleh faktor-faktor penghambat maupun pedorong, sedangkan zat besi hem tidak. Asam askorbat (Vitamin C) dan daging faktor utama yang mendorong penyerapan zat besi dikenal sebagai MFP (*meat, fish, poultry*). (Miftahul, 2019)

Tingkat keasaman dalam lambung ikut mempengaruhi kelarutan dan penyerapan zat besi di dalam tubuh. Suplemen zat besi lebih baik dikonsumsi pada saat perut kosong atau sebelum makan, karena zat besi lebih efektif diserap apabila lambung dalam keadaan asam (pH rendah).

Disamping faktor yang mendorong penyerapan zat besi non hem, terdapat pula faktor yang menghambat penyerapan seperti teh, kopi, dan senyawa

ethylenediamine tetraacetic acid (EDTA) yang biasa digunakan sebagai pengawet makanan yang menyebabkan penurunan absorpsi zat besi non hem sebesar 50% (Ridwanaminuddin, 2017)

2.4 Kepatuhan

2.4.1 Pengertian Kepatuhan

Menurut kamus besar indonesia patuh adalah suka menurut perintah, taat pada perintah, sedangkan kepatuhan adalah perilaku sifat patuh atau ketaatan.

Kepatuhan adalah sebagai tingkat pasien melaksanakan cara pengobatan dan perilaku yang disarankan oleh dokternya atau oleh orang lain. Kepatuhan dalam penelitian ini menunjuk pada kepatuhan ibu hamil dalam mengkonsumsi zat besi(Fe).(Ananti and Muthmainah, 2016)

Kepatuhan mengkonsumsi tablet zat besi di ukur dari ketepatan jumlah tablet yang dikonsumsi, ketepatan cara mengkonsumsi tablet zat besi, frekuensi konsumsi perhari. Suplementasi besi atau pemberian tablet Fe merupakan salah satu upaya penting dalam mencegah dan menanggulangi anemia, khususnya anemia kekurangan besi. Suplementasi besi merupakan cara efektif karena kandungan besinya yang dilengkapi asam folat yang dapat mencegah anemia karena kekurangan asam folat.(Priyoto, 2016)

2.4.2 Monitoring Kepatuhan

Monitoring kepatuhan minum tablet besi adalah :

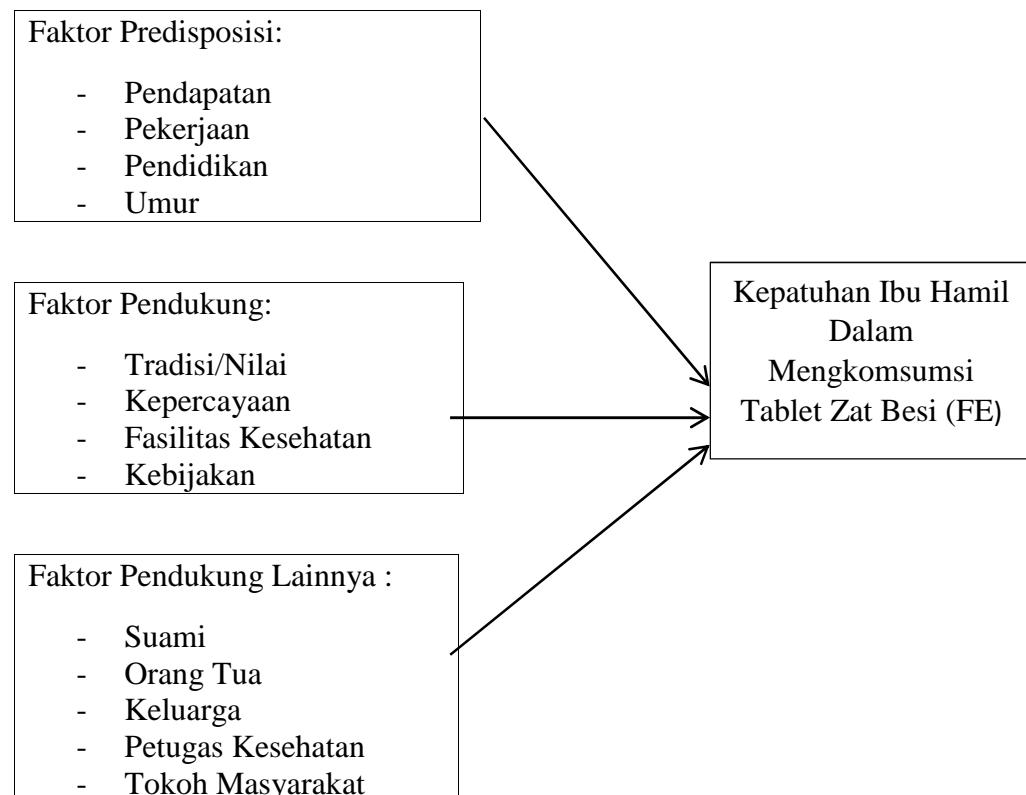
- 1) Tinja berubah menjadi warna hitam. Perubahan warna pada tinja menunjukkan sasaran mengkonsumsi tablet besi secara rutin.

- 2) Sasaran membawa kembali bungkus tablet besi kepada petugas, menunjukkan jumlah tablet yang telah dikonsumsi.
- 3) Meminta bantuan anggota keluarga (suami) untuk memonitor dan mengingatkan sasaran dalam mengkonsumsi tablet besi.
- 4) Kunjungan rumah oleh petugas kesehatan atau kader diperlukan untuk memastikan apakah tablet besi benar-benar dikonsumsi oleh sasaran.
- 5) Melihat perkembangan kesehatan sasaran.
- 6) Pemeriksaan Hb secara berkala.
- 7) Melakukan pemantauan bersamaan dengan kegiatan lain. (Profil Kesehatan Indonesia, 2013)

2.4.3 Pengukuran Kepatuhan

Kepatuhan minum tablet besi adalah ketiaatan ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet besi sesuai jumlah yang seharusnya dikonsumsi. Kepatuhan ibu hamil mengkonsumsi tablet besi dihitung dari jumlah tablet yang dikonsumsi dibandingkan dengan jumlah yang seharusnya dikonsumsi. Seorang ibu hamil dikatakan patuh minum tablet besi ketika jumlah tablet besi yang dikonsumsi 90% dari jumlah tablet besi yang seharusnya dikonsumsi.

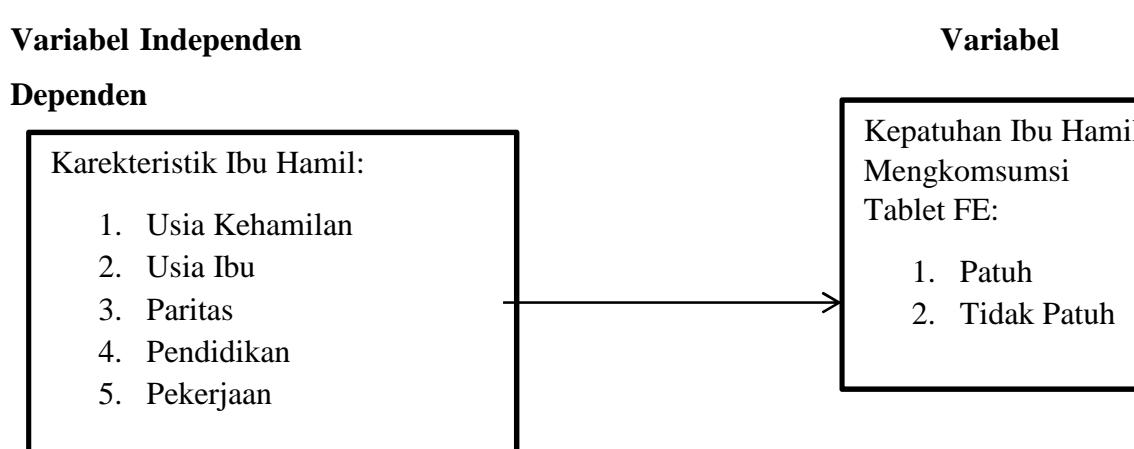
2.5 Kerangka Teori



2.6 Kerangka Konsep

Adapun kerangka konsep dari Hubungan Kepatuhan Minum Tablet Fe

Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Medan Deli:



Gambar 2.2 Kerangka Konse

2.7 Hipotesis

Hipotesis penelitian yang digunakan penelitian Hubungan Kepatuhan Minum Tablet Fe Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Medan Deli Tahun 2021.

Ha : Adanya Hubungan Kepatuhan Minum Tablet Fe Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Medan Deli Tahun 2021.

Ho : Tidak ada Hubungan Kepatuhan Minum Tablet Fe Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Medan Deli Tahun 2021.