

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Kehamilan**

##### **1. Pengertian Kehamilan**

Kehamilan merupakan peristiwa yang terjadi pada seorang wanita, dimulai dari proses fertilisasi (konsepsi) sampai kelahiran bayi (Darawati, 2017). Kehamilan didefinisikan juga sebagai proses bertemunya sel telur dengan sel sperma sehingga terjadinya pembuahan. Proses kehamilan berlangsung dari hari pertama menstruasi hingga 40 minggu atau 280 hari. Masa kehamilan terbagi atas 3 trimester, dimana pada trimester kesatu terjadi dalam 12 minggu, trimester kedua 15 minggu (minggu ke-13 sampai ke-27), dan trimester ketiga 13 minggu (minggu ke-28 sampai minggu ke-40) (Syaiful & Fatmawati, 2019).

Periode perkembangan kehamilan terdiri dari tiga tahap. Tahap pertama, perkembangan zigot, yaitu pembentukan sel, pembelahan sel menjadi blastosit, dan implantasi. Tahap kedua, perkembangan embrio, yaitu diferensiasi sampai organogenesis. Tahap ketiga, perkembangan fetus (janin) atau pertumbuhan bakal bayi. Proses kehamilan mengakibatkan tubuh ibu mengalami perubahan pada mekanisme pengaturan dan fungsi organ-organ tubuh, yang meliputi perubahan secara fisiologis, metabolik, dan anatomis (Darawati, 2017).

Permasalahan gizi yang sering dijumpai pada ibu hamil adalah anemia gizi besi, obesitas, diabetes mellitus, hipertensi dan Kurang Energi Kronis (KEK). Salah satu hal yang perlu diperhatikan selama kehamilan yaitu kebutuhan asupan gizi selama hamil. Ibu hamil membutuhkan zat gizi yang lebih banyak dibandingkan dengan keadaan tidak hamil. (Darawati, 2017).

## **2. Gizi Seimbang Untuk Ibu Hamil**

Ibu hamil membutuhkan zat gizi yang lebih banyak dibandingkan dengan keadaan tidak hamil. Hal ini disebabkan karena selain untuk ibu zat gizi dibutuhkan bagi janin. Janin tumbuh dengan mengambil zat-zat gizi dari makanan yang dikonsumsi oleh ibu dan dari simpanan zat gizi yang berada di dalam tubuh ibu. Selama hamil seorang ibu harus menambah jumlah dan jenis makanan yang dikonsumsi untuk mencukupi kebutuhan pertumbuhan bayi dan kebutuhan ibu yang sedang mengandung, serta untuk memproduksi air susu ibu (ASI) (Darawati, 2017).

Ibu hamil perlu mengonsumsi aneka ragam pangan yang lebih banyak untuk memenuhi kebutuhan energi, protein, dan zat gizi mikro seperti vitamin dan mineral, karena digunakan untuk pemeliharaan, pertumbuhan, dan perkembangan janin dalam kandungan, serta cadangan selama menyusui. Zat gizi mikro penting yang diperlukan selama hamil adalah zat besi, asam folat, kalsium, yodium, dan zink. Oleh karena itu gizi seimbang untuk ibu hamil harus memenuhi kebutuhan gizi untuk dirinya dan untuk pertumbuhan serta perkembangan janin. (Darawati, 2017).

## **B. Anemia**

### **1. Pengertian Anemia**

Anemia adalah suatu kondisi dimana jumlah sel darah merah tidak cukup untuk memenuhi kebutuhan normal tubuh. Ketersediaan ion besi di lingkungan ekstraseluler dalam jumlah yang kurang akan berpengaruh terhadap pembentukan hemoglobin baru. Ketidakseimbangan antara eritrosit yang hilang dengan produksi atau pembentukan hemoglobin baru dapat disebabkan oleh eritropoesis yang tidak efektif. Pada tingkat biologis, hal ini dapat terjadi karena adanya defisiensi nutrisi, peradangan, atau kelainan hemoglobin secara genetik. Sedangkan kehilangan

eritrosit secara berlebih dapat disebabkan akibat hemolisis, dan atau kehilangan darah (Chaparro & Suchdev, 2019).

Anemia adalah kondisi dimana kadar hemoglobin tidak mencukupi dalam memenuhi kebutuhan fisiologi tubuh. Kebutuhan fisiologi tersebut berbeda-beda pada setiap orang, berdasarkan usia, jenis kelamin, ketinggian tempat tinggal dari atas laut, dan juga berdasarkan kehamilan (Wirahartari et al., 2019).

Kategori anemia pada ibu hamil dikatakan tidak anemia apabila Hb Ibu  $\geq 11$  gr/ dL, anemia ringan apabila Hb 9–10 gr/dL, anemia sedang apabila Hb 7–8 gr/dL dan anemia berat apabila Hb ibu hamil  $< 7$  gr/dL (Anggraini, 2018). Anemia merupakan suatu kondisi ketika jumlah dan ukuran sel darah merah, atau konsentrasi hemoglobin dalam darah turun di bawah nilai batas normal yang ditetapkan, sehingga mengganggu kapasitas darah untuk mengangkut oksigen ke seluruh tubuh (Yunita et al., 2018)

Pengertian anemia dalam kehamilan dapat diartikan sebagai kondisi penurunan kadar hemoglobin darah ibu hamil akibat kekurangan zat besi dengan kadar hemoglobin  $< 11$  gr/dl pada trimester I dan III dan kadar hemoglobin pada trimester II  $< 10,5$  gr/dl. Nilai batas tersebut dan perbedaannya dengan kondisi wanita tidak hamil adalah karena terjadinya hemodilusi, terutama pada ibu hamil trimester II (Fitria Rahmi, 2019).

## **2. Klasifikasi Anemia**

Klasifikasi anemia dalam kehamilan menurut (Wijayanti, 2020) adalah sebagai berikut:

### **a. Anemia Defisiensi Zat Besi**

Anemia defisiensi besi adalah anemia yang disebabkan oleh kurangnya jumlah zat besi dalam darah, sehingga menyebabkan gangguan pada proses eritropoesis tepatnya pada proses sintesa hemoglobin yang akhirnya menimbulkan gejala anemia umum (Fitriany & Saputri, 2018).

b. Anemia Megaloblastik

Anemia megaloblastik adalah kondisi anemia akibat produksi sel darah merah yang tidak efektif dan hemolisis intrameduler. Penyebab tersering dari anemia megaloblastik ini adalah defisiensi folat (vitamin B9) dan jarang sekali karena defisiensi vitamin B12 (Socha et al., 2020).

c. Anemia Hipoplastik

Anemia hipoplastik merupakan anemia yang disebabkan oleh sumsum tulang belakang kurang mampu membuat sel-sel darah baru. Untuk diagnose diperlukan pemeriksaan di antaranya adalah pemeriksaan darah tepi lengkap, pemeriksaan fungsi eksternal, dan pemeriksaan retikulosi (Wijayanti, 2020).

d. Anemia Hemolitik

Anemia hemolitik adalah anemia yang disebabkan oleh penghancuran atau pemecahan sel darah merah yang lebih cepat daripada pembuatannya. Pengobatan anemia hemolitik tergantung pada jenis dan penyebab anemia hemolitik. Bila disebabkan oleh infeksi, maka infeksinya diberantas dan diberikan obat-obat penambah darah (Wijayanti, 2020). Anemia hemolitik dapat diturunkan secara genetik atau bisa juga didapat setelah lahir (Rukmaini et al., 2021).

### **3. Faktor Penyebab Anemia Ibu Hamil**

a. Umur Ibu

Kehamilan di usia <20 tahun dan >35 tahun dapat menyebabkan anemia karena pada kehamilan di usia <20 tahun secara biologis belum optimal baik dari faktor fisik maupun psikis, sedangkan pada usia >35 tahun terkait dengan kemunduran dan penurunan daya tahan tubuh serta penyakit yang sering terjadi pada usia ini termasuk anemia. (Utami & Musyarofah, 2021).

Semakin muda dan semakin tua umur seorang ibu yang sedang hamil akan berpengaruh terhadap kebutuhan gizi yang

diperlukan. Kurangnya pemenuhan zat-zat gizi selama hamil terutama pada usia kurang dari 20 tahun dan lebih dari 35 tahun akan meningkatkan resiko terjadinya anemia. Kehamilan pada usia 35 tahun berisiko mengalami anemia. Ini terjadi karena pada kehamilan di usia < 20 tahun, secara biologis, emosi manusia belum optimal dan cenderung labil serta mentalnya belum matang. Hal tersebut berakibat pada kurangnya perhatian terhadap pemenuhan kebutuhan zat gizi selama kehamilannya. (Septiyaningsih & Yunadi, 2021)

Pada umur <20 tahun, kondisi tubuh wanita belum siap untuk menerima kehamilan karena masih dalam pertumbuhan. Oleh karena itu, zat gizi yang dibutuhkan ibu hamil untuk pertumbuhannya dan gizi untuk kehamilannya sendiri menjadi berkurang sehingga rentan terjadi anemia. Umur ibu hamil >35 tahun juga terkait dengan kemunduran dan penurunan daya tahan tubuh serta kondisi organ biologis ibu hamil mengalami penurunan yang membuat produksi hemoglobin menjadi berkurang sehingga rentan terjadi anemia (Septiyaningsih & Yunadi, 2021).

#### b. Paritas

Sebagian besar ibu hamil memiliki paritas  $\geq 4$  sebagai akibat dari rendahnya tingkat pengetahuan ibu tentang program keluarga berencana dan sebagian masyarakat juga masih menganut kepercayaan tertentu. Ibu dengan kehamilan berulang dalam waktu singkat menyebabkan cadangan zat besi belum pulih akhirnya terkuras untuk keperluan janin yang dikandung saat ini (Oktaviana et al., 2022).

Ibu dengan paritas  $\geq 4$  cenderung banyak yang mengalami anemia daripada ibu dengan paritas rendah, hal ini karena pada saat hamil ibu banyak membutuhkan zat besi untuk pembentukan organ tubuh janin dan plasenta, saat melahirkan ibu juga banyak mengalami pengeluaran darah dan di masa post partum ibu masih mengeluarkan darah sampai kurang lebih 40 hari. Hal ini

mengakibatkan penurunan Hb dan cadangan zat besi didalam tubuh, sehingga ibu berisiko mengalami anemia pada kehamilan berikutnya (Oktaviana et al., 2022).

c. Jarak Kehamilan

Jarak kehamilan yang kurang dari 2 tahun memiliki risiko yang tinggi untuk terjadinya perdarahan karena organ-organ reproduksi belum pulih dengan sempurna, sehingga uterus tidak berkontraksi dengan baik lalu menimbulkan terjadinya perdarahan pada saat persalinan. Jarak kehamilan kurang dari 2 tahun akan beresiko bagi kesehatan seorang ibu karena jarak kehamilan yang terlalu dekat bisa terjadinya perlengketan plasenta pada dinding uterus semakin dalam, hal ini disebabkan plasenta akan mencari tempat perlengketan yang subur dan banyak nutrisi sehingga pada saat terjadinya proses persalinan, plasenta sulit untuk lepas dari dinding uterus, sehingga perlu dilakukan manual plasenta untuk menghindari terjadinya perdarahan abnormal. (Novianti et al., 2022)

Jarak kehamilan yang terlalu dekat dapat mengakibatkan terjadinya anemia pada ibu hamil karena status gizi ibu belum pulih, selain itu seorang ibu bisa mengalami infeksi, ketuban pecah dini dan pendarahan. Seorang ibu membutuhkan waktu lebih dari 2 tahun untuk memulihkan organ reproduksi nya. Sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa jarak kehamilan yang baik adalah lebih dari 2 tahun hal ini agar status gizi ibu menjadi baik dan kebutuhan zat besi seorang ibu dapat tercukupi, serta mempersiapkan stamina fisiknya sebelum hamil berikutnya (Sepduwiana, 2017 dalam Novianti et al., 2022).

d. Status Ekonomi

Status ekonomi juga merupakan factor yang turut menentukan kejadian anemia pada ibu hamil. Hal ini dikarenakan kebutuhan gizi saat hamil lebih banyak dari biasanya dan pemenuhan gizi ibu hamil dapat dipengaruhi oleh pendapatan

keluarganya. Semakin tinggi pendapatan maka akan semakin baik gizi kehamilannya (H. P. Dewi & Mardiana, 2021)

Status ekonomi yang rendah berpengaruh pada pola makan ibu hamil. Belum lagi jika jumlah anggota dalam rumah tangga cukup banyak sehingga bisa menyebabkan pendistribusian makanan tidak merata. Hal tersebut bisa menyebabkan kebutuhan nutrisi ibu hamil tidak dapat terpenuhi dengan baik sehingga rentan beresiko mengalami anemia. (H. P. Dewi & Mardiana, 2021).

e. Pengetahuan

Pengetahuan adalah hasil dari proses mencari tahu, dari yang tadinya tidak tahu menjadi tahu, dari tidak dapat menjadi dapat. Dalam proses mencari tahu ini mencakup berbagai metode dan konsep-konsep, baik melalui proses pendidikan maupun melalui pengalaman.(Notoatmojo, 2017 dalam Sumantri, 2021).

Tingkat pengetahuan yang dimiliki ibu hamil akan berpengaruh terhadap kesadaran berperilaku hidup sehat dalam sehari-hari dan akan membentuk pola pikir yang baik dimana semakin tinggi tingkat pengetahuan ibu, maka akan lebih mudah menerima informasi tentang penyebab dan langkah pencegahan anemia dalam kehamilan. Ibu hamil dengan pengetahuan rendah akan lebih beresiko mengalami anemia dalam kehamilan karena kurang optimalnya perilaku kesehatan ibu hamil untuk mencegah terjadinya anemia, termasuk kurangnya konsumsi makanan yang mengandung zat besi. Sehingga, petugas kesehatan dapat mengembangkan pendidikan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan dalam pengaturan gizi yang optimal saat kehamilan (Oktaviana et al., 2022).

f. Sikap

Sikap merupakan determinan perilaku, karena mereka berkaitan dengan persepsi, kepribadian dan motivasi. Sebuah sikap merupakan suatu keadaan siap mental, yang dipelajari dan diorganisasi menurut pengalaman dan yang menyebabkan

timbulnya pengaruh khusus atau reaksi seseorang terhadap orang-orang, objek-objek dan situasi-situasi dengan siapa dia berhubungan terutama pengetahuan dan pengalaman. Apabila semakin tahu tentang anemia pada masa kehamilan maka diharapkan muncul sikap yang mendukung kemauan ibu untuk mencegah terjadinya anemia tidak terjadi (Lily et al., 2021).

g. Pendidikan

Pendidikan berkaitan dengan kemampuan ibu hamil dalam menerima informasi yang berkaitan dengan kesehatan. Selain itu tingkat pendidikan ibu juga sangat erat kaitannya dengan penggunaan pelayanan kesehatan yang membuat keadaan kesehatan ibu hamil yang lebih baik (Rukiyah et al., 2021).

Dalam mempengaruhi mudah atau tidaknya seseorang menerima suatu pengetahuan ataupun informasi, tingkat pendidikanlah yang menentukannya, dengan semakin tinggi pendidikan seseorang maka akan lebih mudah untuk orang yang berpendidikan tinggi untuk menerimanya. Ibu hamil akan lebih mudah menyeimbangkan pola konsumsi dan pemenuhan gizinya jika pendidikan yang ditempuh semakin tinggi. Asupan gizi yang diperoleh akan tercukupi apabila pola konsumsinya sesuai sehingga memiliki kemungkinan yang besar untuk terhindar dari anemia dalam kehamilannya. (Adawiyah & Wijayanti, 2021).

Salah satu akibat pendidikan rendah yaitu kurangnya pengetahuan ibu tentang bagaimana mengolah makanan yang baik sehingga tidak merusak kandungan gizi di dalamnya. Juga dikarenakan pendidikan rendah, ibu tidak bekerja sehingga mengurangi penghasilan rumah tangga dan ibu tidak bisa membeli makanan yang bergizi sehingga dari keterbatasan itu terjadilah anemia (Rukiyah et al., 2021).

h. Kepatuhan Konsumsi Tablet Besi

Kepatuhan mengonsumsi tablet besi sangat penting karena sel darah merah membutuhkan zat besi dalam proses

sintesisnya. Pengangkutan zat gizi dan oksigen ke seluruh tubuh merupakan peran penting sel darah merah dalam tubuh serta sel membantu proses metabolisme tubuh untuk menghasilkan energi. Jika ibu hamil kekurangan zat besi dalam tubuhnya, maka akan mempengaruhi pembentukan sel darah merah. Kekurangan oksigen akan timbul apabila sel darah merah dalam tubuh mengalami kekurangan, sehingga timbul gejala anemia yang ditandai dengan penurunan kadar Hb (Nurmasari & Sumarmi, 2019).

Ibu hamil dianjurkan untuk mengonsumsi paling sedikit 90 tablet besi selama masa kehamilan yang merupakan tablet tambah darah untuk menanggulangi anemia gizi besi yang diberikan kepada ibu hamil. Perlunya mengonsumsi tablet besi dikarenakan zat besi yang berasal dari makanan belum bisa mencukupi kebutuhan selama hamil, karena zat besi tidak hanya dibutuhkan oleh ibu saja tetapi untuk janin yang ada di dalam kandungannya. (Astutik & Ertiana, 2018).

Ketidakpatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet Fe biasanya karena dipengaruhi oleh efek samping yang kurang nyaman dirasakan oleh ibu ketika minum tablet besi, seperti mual, kram lambung atau perut terasa kencang, dan konstipasi tetapi tak sedikit juga yang memang masih malas atau lupa tidak minum tablet besi (H. P. Dewi & Mardiana, 2021).

#### i. Kunjungan Antenatal Care

Kunjungan ANC (Antenatal Care) ibu hamil selama masa kehamilan yaitu minimal 1x pada trimester pertama, 1x pada trimester kedua, dan 2x pada trimester ketiga. Selama kehamilan sebaiknya ANC dilakukan minimal sebanyak 4 kali. Ibu hamil yang teratur melakukan ANC (Antenatal Care) dan mendapatkan pemeriksaan anemia sejak dini dapat mencegah terjadinya anemia pada ibu hamil. Ibu hamil yang melakukan ANC secara

lengkap akan memiliki resiko anemia lebih rendah (Nurmasari & Sumarmi, 2019).

Pelayanan kesehatan yang bermutu dapat mendeteksi secara dini masalah-masalah kehamilan yang akan terjadi, seperti terjadinya anemia pada ibu hamil, sehingga anemia pada ibu hamil dapat segera diatasi. Dengan melakukan kunjungan ANC (Antenatal Care) secara rutin dapat mengetahui berbagai resiko dan komplikasi hamil sehingga ibu hamil dapat diarahkan untuk melakukan rujukan ke rumah sakit (Dolang, 2020).

#### j. Status Gizi

Status gizi dapat menentukan derajat kesehatan ibu hamil, semakin tinggi status gizi ibu hamil maka akan semakin rendah prevalensi kejadian anemia akibat kekurangan gizi. Ibu hamil yang mengkonsumsi makanan bergizi seimbang akan lebih rendah terkena anemia (Oktaviana et al., 2022).

Kehamilan menyebabkan meningkatnya metabolisme energi, hal ini menyebabkan kebutuhan energi dan zat gizi lainnya meningkat. Peningkatan energi dan zat gizi tersebut diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan janin. Apabila keadaan gizi ibu hamil baik, akan berpengaruh bagi ibu dan janin. Begitu juga sebaliknya apabila keadaan gizi kurang dapat meningkatkan factor risiko pada kehamilan seperti kejadian anemia dan bayi lahir dengan berat badan kurang (Astutik & Ertiana, 2018).

Status gizi juga banyak dikaitkan dengan kejadian anemia dalam kehamilan. Salah satu indikator pengukuran status gizi adalah dengan lingkaran lengan atas (LILA). Batas ambang LILA ibu hamil dengan risiko Kekurangan Energi Kronik (KEK) adalah 23,5 cm. Untuk mencegah risiko KEK pada ibu hamil sebaiknya sebelum hamil memiliki  $LILA \geq 23,5$  cm, jika kurang dari angka tersebut sebaiknya kehamilan ditunda untuk mencegah terjadinya anemia (Mutiarasari, 2019).

#### **4. Patofisiologi**

Patofisiologi anemia pada kehamilan dapat terjadi ketika volume darah meningkat (hipervolemi). Hipervolemi adalah hasil dari peningkatan volume plasma dan eritrosit yang berada dalam tubuh tetapi peningkatan ini tidak seimbang yaitu volume plasma peningkatannya jauh lebih besar sehingga memberi efek yaitu konsentrasi hemoglobin berkurang dari 12 g/100 ml. Hemodelusi atau pengenceran juga dapat terjadi pada ibu hamil dengan peningkatan volume 30% sampai 40% yang puncaknya pada kehamilan 32 sampai 34 minggu. Jumlah peningkatan sel darah 18% sampai 3% dan hemoglobin sekitar 19. Bila haemoglobin ibu sebelum hamil berkisar 11 gr/dl maka dengan terjadinya hemodelusi sehingga terjadinya anemia dalam kehamilan (Ramadhani, 2021).

#### **5. Dampak Anemia Ibu Hamil**

Anemia dalam kehamilan dapat berakibat fatal apabila tidak segera diatasi, diantaranya dapat menyebabkan keguguran, partus prematus, partus lama, atonia uteri, dan menyebabkan perdarahan serta syok. Pengaruh anemia terhadap hasil konsepsi diantaranya dapat menyebabkan keguguran, kematian janin dalam kandungan, kematian janin waktu lahir, kematian perinatal tinggi, prematuritas, dan cacat bawaan (Hariati et al., 2019).

Ibu hamil yang mengalami anemia gizi besi rentan terhadap kelahiran prematur dan berat badan bayi lahir kurang. Hal ini karena selama kehamilan dibutuhkan peningkatan produksi sel darah merah yang komposisinya relatif pada lingkungan *hypoxintrauterine* dan suplai oksigen ke janin yang dibutuhkan untuk perkembangan. Zat besi yang adekuat dibutuhkan pada perjalanan melintasi plasenta untuk memastikan kelahiran sesuai dengan usia kehamilan penuh. Zat besi juga dibutuhkan untuk pertumbuhan postnatal pada peningkatan sel darah merah dan

sebagai unsur pembangun masa tubuh bayi (Widyaningrum & Romadhoni, 2018).

Anemia pada ibu hamil dapat menyebabkan 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. Dampak lain yang ditimbulkan dari anemia pada masa kehamilan adalah dapat menyebabkan peningkatan resiko kelahiran premature dan BBLR, perdarahan postpartum, resiko persalinan *section caesarea* (SC), keguguran dan berpengaruh pada keterlambatan dan terhambatnya perkembangan mental anak (Achebe & Gafter-Gvili, 2017).

## **6. Gejala Anemia**

Tanda dan gejala anemia defisiensi besi biasanya tidak khas dan sering tidak jelas seperti pucat, mudah lelah, berdebar, takikardia dan sesak nafas. Kepucatan dapat diperiksa pada telapak tangan, kuku dan konjungtivanya (Arisman, 2010 dalam Hidayatika, 2019). Tanda dan gejala anemia sangat bervariasi, bisa hampir tanpa gejala bisa juga gejala-gejala penyakit dasarnya menonjol atau bisa ditemukan gejala anemia bersama-sama penyakit dasar. Gejala anemia dapat berupa kepala pusing, berkunang-kunang, lesu, lemah, letih, disfagia, pembesaran kelenjar limpa, kurang nafsu makan, menurunnya kebugaran tubuh, dan gangguan penyembuhan luka (Irianto K, 2014 dalam Hidayatika, 2019).

## **7. Pencegahan Anemia**

Pencegahan dan penanggulangan anemia dapat dilakukan dengan mengonsumsi makanan yang bergizi, mengatur usia ibu saat hamil dan jarak antara kehamilan (Wijayanti, 2020). Upaya lain yang dapat dilakukan dalam pencegahan anemia adalah:

a. Meningkatkan Asupan Makanan Zat Besi

Konsumsi bahan makanan yang banyak mengandung zat besi seperti hati, daging merah, dan sayuran hijau. Selain itu tingkatkan konsumsi *enhancer* penyerapan zat besi yang didapat dari buah-buahan dan sayuran tinggi kandungan vitamin C. Vitamin C meningkatkan absorpsi besi non hem sampai empat kali lipat karena memiliki faktor reduksi yang berguna untuk mereduksi besi ferri menjadi ferro sehingga absorpsi besi menjadi lebih efisien dan efektif (Agustina, 2019).

b. Menghindari Konsumsi Makanan Penghambat Penyerapan Zat Besi, Seperti Kopi Dan Teh

Selain dipengaruhi oleh zat-zat yang dapat membantu penyerapan zat besi, anemia juga di pengaruhi zat-zat penghambat penyerapan Fe seperti fitat yang terdapat pada katul, jagung, kedelai, coklat, susu dan kacang-kacangan, polifenol (tanin) terdapat pada teh, kopi, bayam, kacang kacangan, kalsium pada susu, keju, dan phospat pada susu, keju. Teh memiliki kandungan tanin yang bisa menurunkan penyerapan zat besi non hem dengan cara membentuk ikatan kompleks tidak dapat diserap (Rimawati et al., 2018).

c. Suplementasi Zat Besi

Suplementasi tablet Fe adalah salah satu program pencegahan dan penanggulangan anemia defisiensi besi yang paling efektif meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil dan dapat menurunkan prevalensi anemia pada ibu hamil sebesar 20-25%. Tablet Fe mengandung 200 mg sulfat ferrosus dan 0,25 mg asam folat yang diikat dengan laktosa. Ibu hamil dianjurkan mengkonsumsi tablet Fe minimal 90 tablet dengan dosis 1 tablet per hari berturut-turut selama 90 hari masa kehamilannya. Pemberian TTD dengan dosis yang tepat dapat mencegah anemia dan meningkatkan cadangan zat besi di dalam tubuh (Rizki et al., 2018).

## **C. Pengetahuan**

### **1. Pengertian Pengetahuan**

Pengetahuan adalah hasil dari penginderaan manusia atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indera yang dimilikinya (mata, hidung, telinga, dan sebagainya). Pada waktu penginderaan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi intensitas perhatian dan persepsi terhadap objek. Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk membentuk perilaku baru dimulai dari perilaku pengetahuan terhadap materi atau objek tertentu. (Notoatmodjo, 2014 dalam Lily et al., 2021).

Pengetahuan memiliki peran yang penting pada ibu hamil dimana dengan pengetahuan yang baik ibu hamil dapat mengetahui dan memahami akibat anemia dan cara mencegah anemia. Maka, ibu hamil akan mempunyai perilaku kesehatan yang baik dengan harapan dapat terhindar dari berbagai akibat atau risiko dari terjadinya anemia kehamilan (Suwirnawati et al., 2021)

### **2. Tingkat Pengetahuan**

Pengetahuan seseorang terhadap objek mempunyai intensitas atau tingkat yang berbeda-beda. Menurut Notoatmodjo, (2012) pengetahuan mempunyai enam tingkatan yang tercakup dalam domain kognitif antara lain:

#### **a. Tahu (know)**

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya, termasuk juga mengingat sesuatu yang spesifik dan seluruh badan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima, oleh sebab itu, tahu merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah. Kata kerja untuk mengukur bahwa orang tahu tentang apa yang dipelajari antara lain menyebutkan, menguraikan, mendefinisikan, menyatakan, dan sebagainya.

b. Memahami (comprehension)

Pengetahuan yang dimiliki pada tahap ini dapat diartikan sebagai suatu kemampuan menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui, dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar. Seseorang yang telah faham tentang pelajaran atau materi yang telah diberikan dapat menjelaskan, menyimpulkan, dan menginterpretasikan objek atau sesuatu yang telah dipelajarinya.

c. Aplikasi (application)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi nyata atau sebenarnya. Aplikasi di sini dapat diartikan sebagai aplikasi atau pengetahuan hukum-hukum, rumus, metode, prinsip, dan sebagainya dalam konteks atau situasi yang lain.

d. Analisis (analysis)

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

e. Sintesis (synthesis)

Sintesis menunjuk kepada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Dengan kata lain sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang ada. Kemampuan sintesis ini seperti menyusun, merencanakan, mengkategorikan, mendesain, dan menciptakan.

f. Evaluasi (evaluation)

Evaluasi ini berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan penilaian terhadap suatu materi atau objek. Evaluasi dapat digambarkan sebagai proses merencanakan, memperoleh dan

menyediakan informasi yang sangat diperlukan untuk membuat alternatif keputusan. Tahapan pengetahuan menggambarkan tingkatan pengetahuan yang dimiliki seseorang setelah melalui beberapa proses seperti mencari, bertanya, mempelajari atau berdasarkan pengalaman.

### **3. Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan**

Menurut (Wawan & Dewi, 2021) ada beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang, yaitu:

#### **a. Pendidikan**

Pendidikan adalah proses pengubahan sikap seseorang atau kelompok dalam usaha mendewasakan manusia dalam upaya pendidikan. Pendidikan merupakan peranan yang paling penting menentukan kualitas manusia. Dengan pendidikan manusia dianggap memperoleh pengetahuan. Dalam pendidikan terjadi proses pertumbuhan, perkembangan atau perubahan kearah yang lebih dewasa, lebih baik dan lebih matang pada diri individu, kelompok atau masyarakat.

#### **b. Sumber Informasi**

Sumber informasi adalah segala sesuatu yang menjadi perantara yang menyampaikan informasi, merangsang pikiran dan kemampuan. Sumber informasi yang dimiliki akan menambahkan pengetahuan seseorang terhadap suatu hal.

#### **c. Umur**

Semakin cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berpikir dan bekerja. Dari segi kepercayaan masyarakat seseorang yang lebih dewasa dipercaya dari orang yang belum tinggi kedewasaannya. Hal ini akan sebagai dari pengalaman dan kematangan jiwa.

#### **d. Pekerjaan**

Pekerjaan adalah kegiatan yang harus dilakukan terutama untuk menunjang kehidupannya dan kehidupan keluarga. Pekerjaan

bukanlah sumber kesenangan, tetapi lebih banyak merupakan cara mencari nafkah yang membosankan, berulang dan banyak tantangan. Sedangkan bekerja umumnya merupakan kegiatan yang menyita waktu. Bekerja bagi ibu-ibu akan mempunyai pengaruh terhadap kehidupan keluarga.

e. Sosial Budaya

Tingkah laku manusia atau kelompok manusia dalam memenuhi kebutuhan yang meliputi sikap, kebiasaan dan kepercayaan dipengaruhi oleh budaya yang ada pada masyarakat dapat mempengaruhi sikap dalam menerima informasi.

#### **4. Pengukuran Pengetahuan**

Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang akan diukur dari subjek penelitian atau responden ke dalam pengetahuan yang ingin diukur dan disesuaikan dengan tingkatannya (Notoatmodjo, 2012). Adapun jenis pertanyaan yang dapat digunakan untuk pengukuran pengetahuan secara umum dibagi menjadi 2 jenis yaitu :

a. Pertanyaan subjektif

Penggunaan pertanyaan subjektif dengan jenis pertanyaan essay digunakan dengan penilaian yang melibatkan faktor subjektif dari penilai, sehingga hasil nilai akan berbeda dari setiap penilai dari waktu ke waktu.

b. Pertanyaan objektif

Jenis pertanyaan objektif seperti pilihan ganda (multiple choice), betul salah dan pertanyaan menjodohkan dapat dinilai secara pasti oleh penilai.

Rumus yang digunakan untuk mengukur presentase dari jawaban yang di dapat dari kuesioner menurut Arikunto (2013), yaitu:

$$\text{Presentase} = \frac{\text{Jumlah nilai yang benar}}{\text{Jumlah soal}} \times 100\%$$

Menurut Arikunto (2013) dalam Masturoh & Anggita (2018) kategori tingkat pengetahuan seseorang dibagi menjadi tiga tingkatan yang didasarkan pada nilai persentase sebagai berikut:

- a. Baik bila skor atau nilai 73-100 %
- b. Cukup bila skor atau nilai 46-72 %
- c. Kurang bila skor atau nilai < 46 %

## 5. Hubungan Pengetahuan Dengan Anemia

Salah satu faktor penyebab anemia pada ibu hamil adalah kurangnya pengetahuan tentang pentingnya mengonsumsi makanan bergizi yang dapat memenuhi kebutuhan ibu dan bayinya selama kehamilan. Pengetahuan gizi dan kesehatan akan berpengaruh terhadap pola konsumsi pangan. Semakin banyak pengetahuan tentang gizi dan kesehatan, maka akan semakin beragam pula jenis makanan yang dikonsumsi, sehingga dapat dapat memenuhi kecukupan gizi, mempertahankan kesehatan individu dan menghindari anemia (Leny, 2019).

Pengetahuan yang kurang tentang anemia mempunyai pengaruh terhadap perilaku kesehatan khususnya pada ibu hamil, karena akan berakibat pada kurang optimalnya perilaku kesehatan ibu hamil untuk mencegah terjadinya anemia kehamilan. Ibu hamil yang mempunyai pengetahuan kurang tentang anemia dapat berakibat pada kurangnya konsumsi makanan yang mengandung zat besi selama kehamilan, sehingga pengetahuan mengenai anemia penting diketahui oleh ibu hamil (Teja et al., 2021).

Tingkat pengetahuan ibu hamil yang rendah mempengaruhi penerimaan informasi tentang pencegahan dan pengobatan defisiensi zat besi. Semakin baik pengetahuan ibu hamil, hal ini akan berdampak pada pengetahuan ibu dalam melakukan pencegahan dan pengobatan anemia (Triana et al., 2022).

## **D. Sikap**

### **1. Pengertian Sikap**

Sikap adalah suatu kecenderungan dan keyakinan seseorang terhadap suatu hal yang bersifat mendekati (positif) atau menjauhi (negatif) ditinjau dari aspek afektif & kognitif dan mengarahkan pada pola perilaku tertentu (Jiniliyanti, 2017).

Sikap juga dapat diartikan sebagai kecenderungan yang relatif stabil, dimiliki seseorang dalam bereaksi (baik reaksi positif maupun negatif) terhadap dirinya sendiri, orang lain, benda, situasi atau kondisi sekitarnya. Sikap tumbuh diawali dari pengetahuan yang dipersepsikan sebagai suatu hal yang baik (positif) maupun tidak baik (negatif), kemudian diinternalisasikan ke dalam dirinya (Jiniliyanti, 2017).

### **2. Komponen Sikap**

Menurut (Jiniliyanti, 2017) sikap terdiri dari 3 komponen yang saling menunjang, yaitu:

#### **a. Komponen Kognitif**

Yaitu komponen yang berkaitan dengan pengetahuan, pandangan, keyakinan, yaitu hal-hal yang berhubungan dengan bagaimana orang mempersepsi terhadap objek sikap.

#### **b. Komponen Afektif**

Merupakan komponen yang berhubungan dengan rasa senang atau tidak senang terhadap objek sikap. Rasa senang merupakan hal positif dan rasa tidak senang merupakan hal negatif. Komponen ini menunjukkan arah sikap yaitu positif dan negatif.

#### **c. Komponen Konatif**

Merupakan aspek kecenderungan berperilaku tertentu sesuai dengan sikap yang dimiliki oleh seseorang. Dan berisi tendensi atau kecenderungan untuk bertindak atau bereaksi terhadap sesuatu dengan cara tertentu.

### **3. Tingkatan Sikap**

Menurut (Notoatmodjo, 2012) tingkatan sikap terbagi menjadi 4 yaitu:

a. Menerima (receiving)

Menerima diartikan bahwa orang (subjek) mau dan memperhatikan stimulus yang diberikan objek.

b. Merespon (responding)

Memberi jawaban bila ditanya, mengerjakan dan menyelesaikan tugas yang diberikan atau suatu indikasi dari sikap.

c. Menghargai (valuing)

Mengajak orang lain untuk mengerjakan atau mendiskusikan suatu masalah atau suatu indikasi sikap tingkat tiga.

d. Bertanggung jawab (responsible)

Bertanggung jawab atas segala sesuatu yang telah dipilihnya dengan segala resiko merupakan sikap yang paling tinggi.

### **4. Faktor Yang Mempengaruhi Sikap**

Menurut (Azwar, 2013)(Wawan & Dewi, 2021) faktor-faktor yang mempengaruhi sikap terhadap suatu objek antara lain :

a. Pengalaman Pribadi

Pengalaman pribadi yang terjadi secara tiba-tiba atau mengejutkan yang meninggalkan kesan paling mendalam pada jiwa seseorang. Kejadian-kejadian dan peristiwa-peristiwa yang terjadi berulang-ulang dan terus-menerus, lamakelamaan secara bertahap diserap ke dalam individu dan mempengaruhi terbentuknya sikap.

b. Pengaruh Orang Lain Yang Dianggap Penting

Dalam pembentukan sikap pengaruh orang lain sangat berperan, misalnya dalam kehidupan masyarakat yang hidup di pedesaan, mereka akan mengikuti apa yang diberikan oleh tokoh masyarakat.

c. Pengaruh Kebudayaan

Kebudayaan dimana kita hidup mempunyai pengaruh yang besar terhadap pembentukan sikap. Dalam kehidupan di masyarakat diwarnai dengan kebudayaan yang ada di daerahnya. Kebudayaan dapat memberi corak pengalaman individu masyarakat. Sebagai akibatnya, tanpa disadari kebudayaan telah menanamkan garis pengaruh sikap kita terhadap berbagai masalah.

d. Media Massa

Media massa elektronik maupun media cetak sangat besar pengaruhnya terhadap pembentukan opini dan kepercayaan seseorang. Dengan pemberian informasi melalui media masa mengenai sesuatu hal akan memberikan landasan kognitif baru bagi terbentuknya sikap.

e. Lembaga pendidikan dan Lembaga Agama

Konsep moral dan ajaran dari lembaga pendidikan dan lembaga agama sangat menentukan sistem kepercayaan. Dalam lembaga pendidikan dan lembaga agama berpengaruh dalam pembentukan sikap, hal ini dikarenakan keduanya meletakkan dasar pengertian dan konsep moral dalam diri individu. Pemahaman akan baik dan buruk, garis pemisah antara sesuatu yang boleh dan yang tidak boleh dilakukan, diperoleh dari pendidikan dan dari pusat keagamaan serta ajaran-ajarannya.

f. Pengaruh Faktor Emosional

Suatu bentuk sikap merupakan pernyataan yang didasari emosi yang berfungsi sebagai macam penyaluran frustrasi atau pengalihan bentuk mekanisme pertahanan ego.

## **5. Pengukuran Sikap**

Pengukuran sikap dapat dilakukan secara langsung ataupun tidak langsung. Secara langsung dapat ditanyakan bagaimana pendapat atau pernyataan responden terhadap suatu objek. Secara tidak langsung dapat dilakukan dengan pernyataan-pernyataan

hipotesis, kemudian ditanyakan pendapat responden melalui kuesioner (Notoatmodjo, 2014).

Pengukuran sikap dinyatakan dalam bentuk pernyataan untuk dinilai oleh responden, apakah pernyataan itu didukung atau ditolak melalui rentangan nilai tertentu. Sehingga pernyataan yang diajukan dibagi ke dalam dua kategori yaitu pernyataan positif dan pernyataan negatif dengan menggunakan Skala Likert (Wawan & Dewi, 2021)

Skala Likert merupakan dimana masing-masing responden diminta untuk melakukan tanggapan agreement dan disagreement untuk masing-masing item dalam skala yang terdiri dari 5 poin (sangat setuju, setuju, ragu-ragu, tidak setuju, sangat tidak setuju). Semua item yang favorable kemudian diubah nilainya dalam angka, yaitu untuk sangat tidak setuju nilainya 1. Sebaliknya, untuk item yang unfavorable nilai sangat setuju adalah 1 sedangkan untuk yang sangat tidak setuju nilainya 5 (Wawan & Dewi, 2021).

## **6. Hubungan Sikap Dengan Anemia Ibu Hamil**

Adanya hubungan antara sikap dengan kejadian anemia pada ibu hamil disebabkan karena sikap ibu hamil dalam menjaga kehamilannya masih kurang, salah satunya contohnya adalah ibu jarang memeriksakan kehamilannya kepada petugas kesehatan, selain itu juga sikap ibu hamil dalam mengonsumsi makanan yang bergizi masih kurang baik. Kurangnya sikap ibu hamil dalam menjaga kehamilan dan mencegah anemia disebabkan karena rendahnya pengetahuan ibu tentang anemia pada ibu hamil. Ibu yang memiliki pengetahuan baik, mempunyai sikap yang baik dalam mencegah terjadinya anemia pada ibu hamil (Lily et al., 2021).

Sikap dapat terbagi menjadi sikap positif dan sikap negatif. ibu hamil yang memiliki sikap positif dalam mencegah anemia ditunjukkan dengan teratur memeriksakan kehamilan,

memperhatikan tanda dan gejala anemia, serta mengonsumsi tablet besi. Sikap negatif ibu hamil dalam mencegah anemia ditunjukkan dengan tidak melakukan pemeriksaan kehamilannya, tidak memperhatikan tanda dan gejala anemia yang muncul, serta tidak mengonsumsi tablet besi (Lily et al., 2021).

## **E. Konsumsi Tablet Besi (Fe)**

### **1. Pengertian Tablet Besi (Fe)**

Zat besi (Fe) adalah suatu mikro elemen esensial bagi tubuh yang dibutuhkan untuk pembentukan hemoglobin dan dapat diperoleh dari berbagai sumber makanan seperti daging berwarna merah, bayam, kangkung, kacang-kacangan dan sebagainya (Rizki et al., 2018). Kekurangan zat besi selama kehamilan dapat menyebabkan anemia gizi besi. Kebutuhan ibu hamil terhadap zat besi (Fe) meningkat selama kehamilan. Banyaknya jumlah yang dibutuhkan tidak mungkin tercukupi hanya melalui diet, sehingga suplementasi zat besi (Fe) sangat diperlukan bahkan pada wanita dengan status gizi baik, salah satunya dengan tablet besi (Fe) (Herdanela, 2019).

Tablet besi (Fe) atau tablet tambah darah (TTD) merupakan suplemen yang mengandung zat besi dan folat yang diberikan kepada ibu hamil untuk mencegah anemia gizi besi selama masa kehamilan yang berfungsi sebagai pembentuk hemoglobin (Hb) dalam darah (Kemenkes, 2018).

Tablet besi (Fe) merupakan tablet mineral yang diperlukan oleh tubuh untuk pembentukan sel darah merah atau hemoglobin. Tablet besi (Fe) diberikan kepada wanita usia subur dan ibu hamil untuk menanggulangi anemia gizi besi (Rahmi, 2019). Bagi wanita usia subur tablet besi (Fe) diberikan sebanyak satu kali seminggu dan satu kali sehari selama haid dan untuk ibu hamil tablet besi (Fe) diberikan setiap hari selama masa kehamilannya atau minimal 90 tablet untuk mencegah anemia gizi besi selama masa kehamilan

yang berfungsi sebagai pembentuk hemoglobin (Hb) dalam darah. Tablet besi (Fe) diberikan setelah rasa mual pada kehamilan hilang (pada trimester II dan III), masingmasing diberikan, sebanyak minimal 90 tablet (Agustina, 2019)

## **2. Tujuan Pemberian Tablet besi (Fe)**

Pemberian suplementasi zat besi secara rutin dalam jangka waktu tertentu bertujuan untuk meningkatkan kadar hemoglobin (Hb) secara cepat, dan perlu dilanjutkan untuk meningkatkan simpanan zat besi yang ada di dalam tubuh. Suplementasi Tablet Fe merupakan salah satu upaya pemerintah Indonesia untuk memenuhi asupan zat besi. Pemberian tablet Fe dengan dosis yang tepat dapat mencegah anemia dan meningkatkan cadangan zat besi di dalam tubuh (Kemenkes, 2018).

Tujuan pemberian Tablet Fe pada ibu juga diperlukan untuk memenuhi asupan zat besi, guna mempersiapkan proses kehamilan dan persalinan yang sehat serta untuk mencegah terjadinya anemia dalam kehamilan serta pengobatan anemia dalam kehamilan dengan memberikan minimal 90 tablet selama kehamilan (Yosefni & Yulia, 2020)

## **3. Kebutuhan Zat Besi pada Ibu Hamil**

Menurut Susiloningtyas (2012) kebutuhan zat besi selama hamil yaitu rata-rata 800 mg – 1040 mg. Kebutuhan ini diperlukan untuk:

- a. 300 mg diperlukan untuk pertumbuhan janin
- b. 50-75 mg untuk pembentukan plasenta
- c. 500 mg digunakan untuk meningkatkan massa haemoglobin maternal/ sel darah merah
- d. 200 mg lebih akan dieksresikan lewat usus, urin dan kulit.
- e. 200 mg lenyap ketika melahirkan

Perhitungan makan 3 x sehari atau 1000-2500 kalori akan menghasilkan sekitar 10–15 mg zat besi perhari, namun hanya 1-2 mg yang di absorpsi.<sup>9</sup> jika ibu mengkonsumsi 60 mg zat besi, maka diharapkan 6-8 mg zat besi dapat diabsorpsi, jika dikonsumsi selama 90 hari maka total zat besi yang diabsorpsi adalah sebesar 720 mg dan 180 mg dari konsumsi harian ibu.

#### **4. Manfaat Tablet Besi (Fe)**

Zat besi diperlukan untuk membentuk hemoglobin atau sel darah merah. Zat besi juga dapat digunakan untuk sistem pertahanan tubuh. Bagi janin, zat besi sangat penting untuk perkembangan otak fetus dan kemampuan kognitif bayi lahir. Selama hamil, volume darah pada tubuh ibu meningkat sehingga asupan zat besi harus ditambah untuk tetap memenuhi kebutuhan ibu, untuk menyuplai makanan dan oksigen pada janin melalui plasenta dibutuhkan asupan zat besi yang lebih banyak, asupan zat besi yang diberikan oleh ibu kepada janinnya melalui plasenta akan digunakan untuk tumbuh kembang janin (Ratih, 2017)

#### **5. Ketepatan Konsumsi Tablet Besi**

Pemberian tablet besi perlu memperhatikan waktu dan cara mengonsumsinya, hal ini terkait zat yang dapat menghambat penyerapan zat besi, jika waktu konsumsi zat besi bersamaan dengan konsumsi zat penghambat maka penyerapan zat besi dalam tubuh tidak efektif dilakukan sehingga jumlah kadar hemoglobin dalam tubuh tetap rendah (Rimawati et al., 2018).

Konsumsi tablet besi yang baik adalah dengan cara meminumnya hanya dengan air mineral, tidak boleh dengan minuman yang mengandung kafein seperti kopi dan teh karena akan mengganggu absorpsi zat besi serta konsumsi susu bersamaan dengan zat besi juga sebaiknya dihindari karena susu bersifat menetralkan zat besi sehingga menyebabkan efek dari zat

besi itu sendiri akan berkurang. Untuk mengurangi gejala mual, konsumsi tablet besi dapat dilakukan pada saat makan atau segera sesudah makan, dapat juga dilakukan saat sebelum tidur pada malam hari (Agustina, 2019).

## **6. Faktor Yang Mempengaruhi Konsumsi Tablet Besi (Fe)**

Faktor yang dapat mempengaruhi ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet besi menurut (Mardhiah & Marlina, 2019), yaitu :

### **a. Pengetahuan**

Tingkat pengetahuan seseorang mengenai tablet Fe sangat berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam memilih makanan yang mengandung zat besi. Dengan adanya pengetahuan yang baik tentang tablet Fe maka ibu hamil akan memahami bagaimana cara mengonsumsi tablet Fe, manfaat mengonsumsi tablet Fe secara rutin setiap hari, dan dampak buruk tidak mengonsumsi tablet Fe secara rutin setiap hari.

### **b. Sikap**

Sikap disebabkan adanya kemauan dan motivasi baik itu dari dalam diri sendiri maupun orang lain yang didasari oleh pengetahuan atau pengalaman yang didapat ibu hamil secara langsung maupun tidak langsung sehingga timbul kesadaran untuk bersikap positif atau negatif dalam mengonsumsi tablet zat besi. Ibu hamil yang memiliki sikap negatif (tidak baik) cenderung tidak patuh dalam mengonsumsi tablet besi dikarenakan ibu hamil tersebut tidak memiliki kemauan dan motivasi dalam mengonsumsi tablet besi baik dari diri sendiri maupun orang lain dengan alasan tablet besi merupakan vitamin bagi tubuhnya dan tidak memiliki manfaat bagi ibu dan janinnya.

c. Dukungan keluarga

Dukungan suami dan keluarga mempunyai peran yang sangat penting bagi ibu hamil yaitu dengan mengikutsertakan peran anggota keluarga terutama suami untuk membantu ibu hamil dalam meningkatkan kepatuhannya mengonsumsi tablet Fe. Hal ini sangat penting dilakukan karena ibu hamil adalah seseorang individu yang tidak berdiri sendiri, tetapi bergabung dalam sebuah ikatan perkawinan dan hidup dalam sebuah bangunan rumah tangga dimana suami dan keluarga akan ikut memengaruhi pola pikir, sikap, dan perilaku terhadap ibu hamil.

d. Dukungan tenaga kesehatan

Tenaga kesehatan sangat berperan penting dalam memberikan pengetahuan mengenai seputar kehamilan terhadap ibu hamil terutama manfaat mengonsumsi tablet besi. Peran petugas kesehatan dapat mempengaruhi kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet besi hal ini karena petugas kesehatan mampu memberikan penyuluhan yang seoptimal mungkin tentang pentingnya tablet besi untuk menjaga kesehatan ibu hamil dan janin yang dikandung.

## **7. Efek Samping**

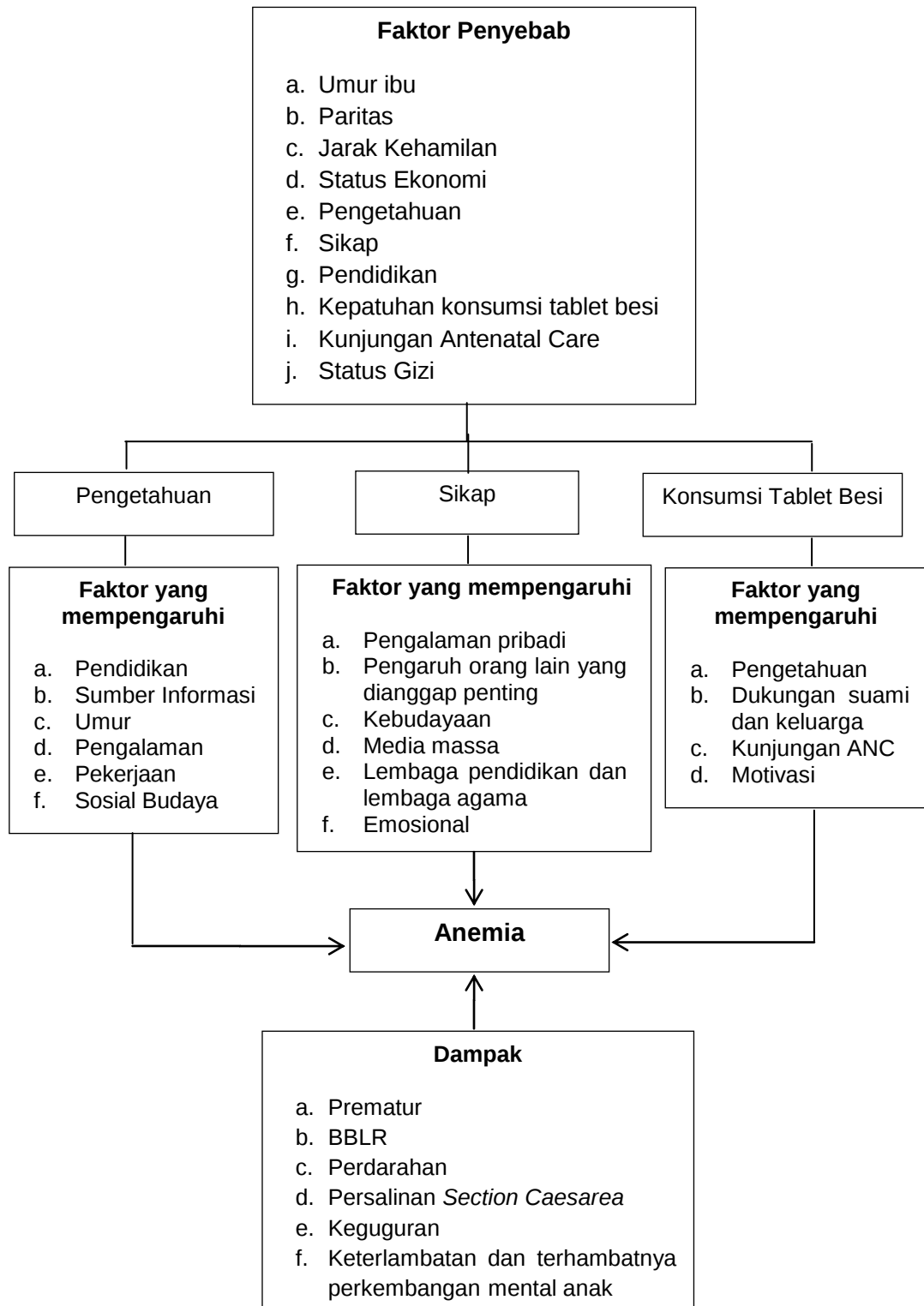
Pemberian zat besi atau tablet besi secara oral dapat menimbulkan efek samping pada saluran cerna, seperti rasa tidak enak di ulu hati, mual, muntah dan diare. Pemberian suplementasi tablet Fe pada sebagian orang dapat menyebabkan sembelit. Selain itu tablet Fe juga dapat menyebabkan mual pada ibu hamil bertambah (Pramesti, 2021). Bila perut terasa perih, mual serta tinja/feses berwarna kehitaman, Untuk meminimalkan efek samping tersebut, jangan minum tablet besi dalam kondisi perut kosong atau dapat dikonsumsi saat malam hari sebelum tidur (Kemenkes, 2018).

## **8. Hubungan Konsumsi Tablet Besi Dengan Anemia Ibu Hamil**

Adanya hubungan antara konsumsi tablet besi dengan kejadian anemia ibu hamil disebabkan karena ibu hamil tidak teratur mengkonsumsi tablet besi saat hamil sehingga kemungkinan mengalami anemia lebih besar dibanding dengan ibu hamil yang teratur mengkonsumsi tablet besi. Ketidakteraturan ibu dalam konsumsi tablet besi diduga disebabkan oleh rasa malas, bosan, muncul anggapan tidak penting untuk mengkonsumsi tablet Fe, lupa, hingga efek samping dari tablet yang membuat tidak nyaman ibu hamil seperti mual, muntah, bau, dan tidak enak (Neshy et al., 2022)

Konsumsi tablet Fe sangat penting bagi ibu hamil karena sel darah merah membutuhkan zat besi dalam proses sintesisnya. Pengangkutan zat gizi dan oksigen ke seluruh tubuh merupakan peran penting sel darah merah dalam tubuh serta sel membantu proses metabolisme tubuh untuk menghasilkan energi. Kekurangan zat besi dalam tubuh ibu hamil akan mempengaruhi pembentukan sel darah merah sehingga timbul gejala anemia yang ditandai dengan penurunan kadar Hb (Nurmasari & Sumarmi, 2019).

## F. Kerangka Teori

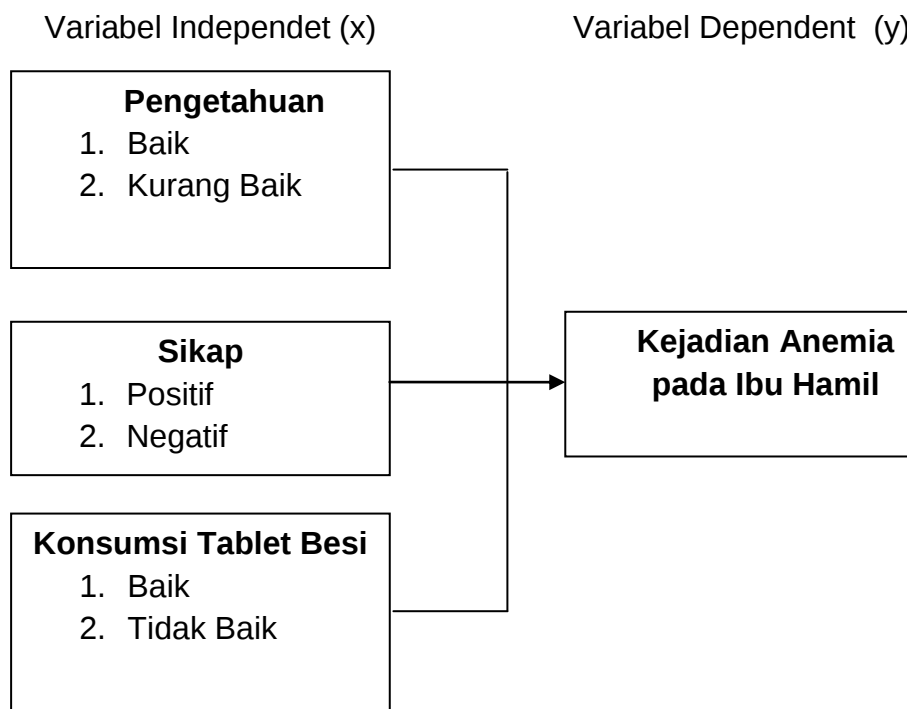


Gambar 1. Kerangka Teori

Sumber : Wawan & Dewi (2021), Lestari (2017), dan Achebe & Gafter Gvili (2017)

### G. Kerangka Konsep

Kerangka konsep dalam penelitian ini terdiri dari variabel independent (x) yaitu pengetahuan, sikap dan konsumsi tablet besi (Fe) dan variabel dependent (y) yaitu kejadian anemia pada ibu hamil. Adapun kerangka konsep penelitian ini adalah sebagai berikut :



Gambar 2. Kerangka Konsep Penelitian

## H. Definisi Operasional

| No | Variabel    | Definisi                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Skala Pengukuran |
|----|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| 1. | Anemia      | <p>Keadaan dimana kadar hemoglobin (Hb) ibu hamil berada dibawah kadar normal yang ditunjukan dengan penurunan kadar hemoglobin yang diukur dengan menggunakan alat Hb meter. Penentuan diagnosis anemia dapat dilakukan dengan menilai kadar hemoglobin yang diperoleh dari pemeriksaan kadar hemoglobin ibu hamil dibandingkan dengan nilai normal hemoglobin untuk ibu hamil.</p> <p>Dikategorikan menjadi:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Anemia : apabila trimester I dan III kadar Hb &lt;11 gr/dl dan trimester II jika kadar Hb &lt;10,5 g/dl</li> <li>2. Tidak Anemia : apabila kada Hb &gt;11 gr/dl</li> </ol> | Ordinal          |
| 2. | Pengetahuan | <p>Hasil tahu ataupun pemahaman ibu hamil tentang anemia yang diukur dengan cara memberikan 15 pertanyaan menggunakan kuesioner yang kemudian dilakukan penilaian. Nilai 1 untuk jawaban yang benar dan nilai 0 untuk jawaban yang salah. Skor tertinggi adalah 15 dan skor terendah adalah 0.</p> <p>Dikategorikan menjadi:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Baik : jika skor <math>\geq</math> nilai median 8</li> </ol>                                                                                                                                                                                                 | Ordinal          |

|    |                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |         |
|----|----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
|    |                      | 2. Kurang Baik : jika skor $\leq$ nilai median 8<br>(Zahra, 2019)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |         |
| 3. | Sikap                | <p>Respon atau reaksi ibu hamil terhadap pencegahan anemia. Untuk mengukur sikap ibu hamil yaitu dengan cara memberikan 10 pernyataan menggunakan kuesioner yang terdiri dari empat kategori jawaban yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (ST) dan sangat tidak setuju (STS). Pernyataan positif untuk jawaban sangat setuju nilainya 4, setuju nilainya 3, tidak setuju nilainya 2 dan sangat tidak setuju nilainya 1. Pernyataan negatif untuk jawaban sangat setuju nilainya 1, setuju nilainya 2, tidak setuju nilainya 3 dan sangat tidak setuju nilainya 4. Skor tertinggi adalah 40 dan skor terendah adalah 10</p> <p>Dikategorikan menjadi:</p> <p>1. Positif : Jika total skor 31-40</p> <p>2. Negatif: Jika total skor <math>&lt;31</math></p> <p>(Misriani, 2018)</p> | Ordinal |
| 4. | Konsumsi Tablet Besi | Ketaatan ibu hamil mengkonsumsi tablet besi yang dilihat dari kebiasaan mengkonsumsi tablet besi dan ketepatan jumlah tablet zat besi yang dikonsumsi, sesuai dengan anjuran                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Ordinal |

|  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |  |
|--|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  |  | <p>yang diberikan oleh tenaga kesehatan. Untuk mengukur konsumsi tablet besi yang ibu hamil konsumsi dilakukan dengan cara memberikan 10 pertanyaan tertutup menggunakan kuesioner dengan pilihan jawaban “ya” dan “tidak”. Untuk jawaban yang benar diberi nilai 1 dan jawaban yang salah diberi nilai 0. Skor tertinggi adalah 10 dan skor terendah adalah 0.</p> <p>Dikategorikan menjadi:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Baik: jika skor 10</li> <li>2. Tidak Baik: jika skor &lt;10</li> </ol> |  |
|--|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

#### **I. Hipotesis Penelitian**

- a. Ha : Ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan kejadian anemia pada ibu hamil
- b. H0 : Tidak ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan kejadian anemia pada ibu hamil
- c. Ha : Ada hubungan yang bermakna antara sikap dengan kejadian anemia ibu pada hamil
- d. H0 : Tidak ada hubungan yang bermakna antara sikap dengan kejadian anemia pada ibu hamil
- e. Ha : Ada hubungan yang bermakna antara konsumsi tablet besi (Fe) dengan kejadian anemia pada ibu hamil
- f. H0 : Tidak ada hubungan yang bermakna antara konsumsi tablet besi (Fe) dengan kejadian anemia pada ibu hamil