

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Kehamilan

2.2.1 Pengertian Kehamilan

Kehamilan merupakan salah satu fase penting dalam kehidupan seorang wanita. Proses ini terjadi ketika sel telur yang telah dibuahi oleh sperma menempel di dinding rahim dan mulai berkembang. Kehamilan membawa perubahan yang besar dalam tubuh wanita, baik secara fisik maupun emosional. Oleh karena itu, penting bagi setiap wanita untuk memahami secara mendalam tentang kehamilan. Proses ini dibagi menjadi tiga trimester, masing-masing trimester berlangsung selama sekitar 3 bulan. Setiap trimester membawa perubahan yang signifikan dalam tubuh wanita hamil, baik secara fisik maupun emosional (Geograf, 2023).

Periode antepartum adalah periode kehamilan yang dihitung sejak hari pertama haid terakhir (HPHT) hingga dimulainya persalinan sejati, yang menandai awal periode antepartum. Sebaiknya periode prenatal adalah kurun waktu terhitung sejak pertama haid terakhir hingga kelahiran bayi yang menandai awal periode pascanatal. Lamanya kehamilan normal yaitu 40 minggu atau 9 bulan 7 hari. Kehamilan dibagi menjadi 3 trimester yaitu trimester I (berlangsung dalam 12 minggu), trimester II (berlangsung 15 minggu, yaitu minggu ke-13 sampai ke 27) dan trimester III (selama 13 minggu, yaitu minggu ke-28 sampai minggu ke-40) (Malinie, 2023).

2.2.2 Indikator

A. Kunjungan Pertama (K1)

K1 adalah kontak pertama ibu hamil dengan tenaga kesehatan yang memiliki kompetensi klinis/kebidanan dan internasional yang baik, untuk mendapatkan pelayanan terpadu dan komprehensif sesuai standar. Kontak pertama harus dilakukan sedini mungkin pada trimester pertama,

sebaiknya sebelum minggu ke 8. Kontak pertama dapat dibagi menjadi K1 murni dan K1 akses. K1 murni adalah kontak pertama ibu hamil dengan tenaga kesehatan pada kurun waktu trimester 1 kehamilan. Sedangkan K1 akses adalah kontak pertama ibu hamil dengan tenaga kesehatan pada usia kehamilan berapapun. Ibu hamil seharusnya melakukan K1 murni, sehingga apabila terdapat komplikasi atau faktor risiko dapat ditemukan dan ditangani sedini mungkin (Kemenkes RI, 2020).

B. Kunjungan Ke-4 (k4)

K4 adalah kontak ibu hamil dengan tenaga kesehatan yang memiliki kompetensi klinis/kebidanan untuk mendapatkan pelayanan antenatal terpadu dan komprehensif sesuai standar selama kehamilannya minimal 4 kali dengan distribusi waktu: 1 kali pada trimester pertama (0-12 minggu), 1 kali pada trimester kedua (>12 minggu - 24 minggu), dan 2 kali pada trimester ketiga (>24 minggu – kelahiran) kunjungan antenatal bisa lebih dari 4 kali sesuai kebutuhan (jika ada keluhan, penyakit atau gangguan kehamilan) (Kemenkes RI, 2020).

C. Kunjungan Ke-6 (K6)

K6 adalah kontak ibu hamil dengan tenaga kesehatan yang memiliki kompetensi klinis/ kebidanan untuk mendapatkan pelayanan antenatal terpadu dan komprehensif sesuai standar selama kehamilan minimal 6 kali dengan distribusi waktu: 2 kali pada trimester kesatu (0-12 minggu), 1 kali pada trimester kedua (>12 minggu – 24 minggu), dan 3 kali pada trimester ketiga (> 24 minggu – kelahiran), dimana minimal 2 kali ibu hamil harus kontak dokter (1 kali di trimester 1 dan 1 kali di trimester 3). Kunjungan antenatal bisa lebih dari 6 kali sesuai kebutuhan dan jika ada keluhan, penyakit atau gangguan kehamilan (Kemenkes RI, 2020).

2.2 Anemia

2.2.1 Pengertian Anemia

Anemia adalah suatu kondisi tubuh yang ditandai dengan hasil pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari normal, yang bisa disebabkan jumlah sel darah merah yang kurang (contohnya pada perdarahan berat akibat kecelakaan atau sebab lainnya), atau jumlah sel darah merah cukup tapi kandungan Hb di dalam sel darah merah kurang. Anemia dalam kehamilan adalah kondisi ibu dengan kadar hemoglobin dibawah 11g/dl pada trimester I dan III atau kadar <10,5g/dl pada trimester II. Hemoglobin berfungsi untuk mengikat oksigen dan mengantarkannya ke seluruh sel jaringan tubuh. Kekurangan oksigen dalam jaringan akan menyebabkan fungsi jaringan terganggu. Misalnya kekurangan oksigen pada jaringan otak dan otot, yang akan menyebabkan gejala kurangnya konsentrasi dan kurang bugar dalam melakukan aktivitas (Kemenkes RI, 2023).

2.2.2 Tanda Dan Gejala Anemia

Gejala anemia pada umumnya muncul akibat kurangnya oksigen yang dibawa ke jaringan tubuh karena rendahnya Hb, sehingga jaringan yang kekurangan oksigen tersebut tidak dapat berfungsi secara optimal dan muncul gejala anemia. Gejala anemia yang sering terjadi sesuai dengan kategorinya adalah (Kemenkes RI, 2023):

A. Anemia Ringan

Umumnya penderita anemia ringan tidak mengalami gejala yang mencolok. Contohnya, bila otot mengalami pasokan oksigen yang lebih rendah dari kebutuhannya maka gejala yang timbul berupa mudah merasa lelah, letih, lesu dan lemah setelah beraktifitas atau berolahraga. Gejala-gejala ini sering dianggap sebagai kondisi biasa bukan penyakit. Bila pasokan oksigen ke otak kurang dibandingkan kebutuhannya, maka bisa muncul gejala mudah lupa (lalai) dan kurang konsentrasi (Kemenkes RI, 2023).

B. Anemia Sedang

Pada tahap ini mulai timbul gejala yang lebih nyata, misalnya berupa jantung terasa sering berdebar, lebih sering merasa lelah dengan aktivitas biasa, sesak nafas, dan terlihat lebih pucat dari biasanya.

C. Anemia Berat

Timbul gejala yang lebih berat berupa kelelahan yang berkepanjangan, menggigil, jantung berdebar cepat, pucat lebih nyata, sesak nafas, nyeri dada, dan gangguan fungsi organ lainnya.

2.2.3 Penyebab Anemia

Sebagian besar penyebab anemia di Indonesia adalah kekurangan zat besi yang diperlukan untuk pembentukan hemoglobin (Hb), sehingga disebut “ anemia kekurangan besi atau anemia gizi besi (AGB)”. Kekurangan zat besi dalam tubuh tersebut disebabkan oleh (Kemenkes RI, 2018):

- a. Konsumsi makanan sumber zat besi yang kurang, terutama yang berasal dari hewani.
- b. Kebutuhan yang meningkat, seperti pada masa kehamilan, menstruasi pada perempuan dan tumbuh kembang pada anak balita dan remaja.
- c. Menderita penyakit infeksi, yang dapat berakibat zat besi yang diserap tubuh berkurang, atau hemolisis sel darah merah (malaria).
- d. Kehilangan zat besi yang berlebihan pada pendarahan termasuk menstruasi yang berlebihan dan seringnya melahirkan.
- e. Konsumsi makanan yang rendah sumber zat besi tidak dicukupi dengan konsumsi TTD sesuai anjuran.

Pada kondisi normal (tidak anemia) tingkat penyerapan besi *heme* yang berasal dari pangan hewani mencapai sekitar 25%, sedangkan pada kondisi anemia penyerapan lebih dari 35%. Untuk pangan nabati yang mengandung besi *non heme*, penyerapan zat besi hanya sekitar 1-5%.

Oleh karena itu dibutuhkan pangan nabati dalam jumlah yang banyak untuk mencukupi kebutuhan zat besi dalam sehari. Penyebab anemia pada ibu hamil (Kemenkes RI, 2018):

- A. Pada ibu hamil, terjadi pembesaran berbagai organ tubuh seperti payudara, uterus dan pembentukan plasenta serta penambahan jumlah darah.
- B. Pertumbuhan janin yang makin lama makin besar, kondisi ini akan menyebabkan meningkatnya kebutuhan zat gizi. Bila tidak terpenuhi maka ibu hamil berisiko menderita anemia, atau bila sudah menderita anemia maka anemianya akan semakin parah.
- C. Mengganti besi yang keluar melalui pendarahan pasca persalinan.

2.2.4 Dampak Anemia

Anemia akan memberikan dampak jangka pendek dan jangka panjang. Dampak jangka pendek seperti menurunnya produktivitas, kebugaran dan daya tahan tubuh sedangkan jangka panjang menyebabkan risiko pendarahan, melahirkan bayi BBLR dan prematur yang selanjutnya meningkatkan terjadinya stunting, AKI dan AKB. Anemia defisiensi besi pada kehamilan dapat meningkatkan (Kemenkes RI, 2023):

- A. Risiko komplikasi perdarahan yang meningkatkan risiko kematian ibu.
- B. Menurunkan fungsi kekebalan tubuh, sehingga mudah menderita penyakit infeksi.
- C. Menghambat pertumbuhan janin:
 - 1) Bayi lahir prematur, berat badan bayi lahir rendah (BBLR) dan panjang badan lahir rendah (PBLR).
 - 2) Risiko sakit dan anemia pada bayi yang dapat menyebabkan kematian.
 - 3) Risiko stunting pada usia bayi dan anak usia kurang 2 tahun (1000 HPK) dan dalam jangka panjang berdampak pada menurunnya kecerdasan dan meningkatnya risiko penyakit tidak

menular (hipertensi, diabetes, jantung dan stroke) yang akan berdampak terhadap 3 generasi ibu ke cucunya.

2.3 Tablet Tambah Darah (Fe)

2.3.1 Pengertian

Tablet tambah darah adalah suplemen yang mengandung zat besi. Zat besi adalah mineral yang dibutuhkan untuk membentuk sel darah merah (hemoglobin). Zat besi adalah garam besi dalam bentuk tablet/kapsul yang apabila dikonsumsi secara teratur dapat meningkatkan jumlah sel darah merah. Wanita hamil mengalami pengenceran sel darah merah sehingga memerlukan tambahan zat besi untuk meningkatkan jumlah sel darah merah dan untuk sel darah merah janin (rasmaliah, 2018). Besi dalam tubuh manusia ada dalam dua wujud utama yaitu ferro (Fe^{2+}) dan ferri (Fe^{3+}). Perubahan antara kedua bentuk ini sangat mudah terjadi. Ketika banyak oksigen, besi biasanya ditemukan dalam bentuk ferri karena terikat pada hemoglobin dalam darah. Namun, saat besi masuk ke dalam sel atau digunakan untuk membuat protein seperti ferritin dan heme, besi berubah bentuk menjadi ferro (Malinie, 2023).

Zat besi sangat penting bagi tubuh kita. Zat besi digunakan untuk membuat dua komponen penting: kompleks besi-sulfur dan heme. Kompleks besi-sulfur berperan dalam menghasilkan energi di dalam sel. Sedangkan heme, yang mengandung atom besi di tengahnya, berfungsi untuk mengangkut oksigen ke dalam darah (hemoglobin) dan otot (mioglobin).

2.3.2 Manfaat Fe Bagi Ibu Hamil

1. Metabolisme Energi

Di dalam tiap sel, zat besi bekerja sama dengan rantai protein pengangkut elektron yang berperan dalam langkah-langkah akhir metabolisme energi (Nasution, 2019).

2. Sistem Kekebalan

Zat besi memegang peranan penting dalam sistem kekebalan tubuh, Respon kekebalan oleh limfosit-T terganggu karena kurangnya

pembentukan sel-sel tersebut, yang kemungkinan disebabkan oleh kurangnya sintesis DNA, disamping itu sel darah putih yang menghancurkan bakteri tidak dapat bekerja secara aktif dalam keadaan tubuh kekurangan zat besi (Nasution, 2019).

2.3.3 Efek Samping Minum Fe

Pada individu tertentu, konsumsi tablet Fe dapat menimbulkan gejala seperti mual, nyeri di daerah lambung, muntah dan kadang-kadang terjadi diare atau sulit buang air besar. Mual, selain bisa muncul karena meminum tablet Fe juga merupakan kondisi yang umum terjadi pada ibu hamil pada trimester pertama. Oleh karena itu perlu diberikan pengertian bahwa penyebab mual tersebut bukanlah semata-mata karena obat penambah darah. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi mual atau gejala lainnya seperti nyeri lambung adalah dengan mengonsumsi obat pada malam hari menjelang tidur (Kemenkes RI, 2018).

2.4 Kepatuhan Pasien Dalam Mengonsumsi Tablet Zat Besi (Fe)

2.4.1 Kepatuhan

Kepatuhan (obedience) merupakan salah satu bentuk dari compliance yang terjadi ketika individu mengikuti perintah langsung yang umumnya diberikan oleh seorang dalam posisi berkuasa atau memiliki otoritas. Secara umum kepatuhan dapat diartikan sebagai perilaku sesuai aturan dan disiplin (Asmana, 2021).

Kepatuhan sudah dipelajari dari berbagai perspektif yang luas, akan tetapi sampai sekarang tidak ada kesepakatan mengenai definisinya. Istilah kepatuhan pertama kali diperkenalkan dalam bidang kedokteran pada tahun 1976. Sackett dan Haymes dalam penelitian Shafa & putri 2017 mendefinisikan kepatuhan sebagai "suatu tingkatan perilaku seseorang (melakukan pengobatan, mengikuti rekomendasi diet atau melaksanakan perubahan gaya hidup) yang sesuai dengan anjuran medis atau kesehatan. Kepatuhan juga berkenaan dengan hasil dari interaksi antara pasien dengan petugas kesehatan (Nasution, 2019).

Kepatuhan mengkonsumsi tablet zat besi diukur dari ketepatan jumlah tablet yang dikonsumsi, ketepatan cara mengkonsumsi tablet zat besi, frekuensi konsumsi perhari. Suplementasi zat 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 (Nasution, 2019).