

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Ibu Hamil

2.1.1 Pengertian

Kehamilan merupakan proses perkembangan janin di dalam kandungan yang dimulai dari bertemunya sel telur dan sel sperma sampai janin matang / siap dilahirkan. Ibu hamil penting menjaga kesehatannya selama kehamilan karena ibu hamil sangat rentan terhadap hal-hal asing yang bisa memicu terjadinya gangguan pada ibu yang sedang hamil begitu juga dengan janin yang dikandungnya. Pola makan yang baik merupakan target dalam menjaga kesehatan pada masa kehamilan, selain itu kesehatan mulai dari ujung rambut sampai dengan ujung kaki juga perlu dijaga, karena kehamilan yang sehat akan berdampak baik bagi ibu dan bayi, juga bisa memperkecil resiko terjadinya hal-hal yang tidak diinginkan seperti keguguran, kecacatan pada janin, bahkan sampai kematian ibu dan bayi saat melahirkan.

Selama kehamilan, proses pertumbuhan tetap berlangsung yaitu pertumbuhan janin yang dikandung dan berbagai pertumbuhan organ tubuh yang mendukung proses pertumbuhannya sehingga peningkatan metabolisme pada ibu hamil berdampak pada peningkatan suplai vitamin dan mineral disamping energi, protein, dan lemak. Jika kebutuhan energi, protein, lemak, vitamin, dan mineral yang meningkat ini tidak dapat dipenuhi melalui makanan yang dikonsumsi ibu hamil maka ibu hamil akan mengalami kekurangan gizi yang akan mengakibatkan berat badan bayi lahir rendah, kelahiran premature (lahir belum cukup bulan), dan lahir dengan berbagai kesulitan / sampai meninggal. Kekurangan zat besi dapat berdampak pada resiko terjadinya berat badan lahir rendah (BBLR) perdarahan, dan peningkatan resiko kematian.

Masalah yang terjadi pada ibu hamil seperti KEK, yang tidak dibiarkan begitu saja karena selain berdampak pada ibu hamil itu sendiri juga yang lebih mengkhawatirkan adalah dampak yang terjadi pada janin yang dikandungnya. Beberapa intervensi dapat diberikan kepada ibu hamil untuk mencegah terjadinya masalah tersebut, yaitu diadakannya kelas ibu hamil, pemberian tablet Fe.

2.2.2 Masalah Gizi Ibu Hamil

Selama kehamilan, proses pertumbuhan tetap berlangsung yaitu pertumbuhan janin yang dikandung dan berbagai pertumbuhan organ tubuh yang mendukung proses pertumbuhannya sehingga peningkatan metabolisme pada ibu hamil berdampak pada peningkatan suplai vitamin dan mineral disamping energi, protein, dan lemak. Jika kebutuhan energi, protein, lemak, vitamin, dan mineral yang meningkat ini tidak dapat dipenuhi melalui makanan yang dikonsumsi ibu hamil maka ibu hamil akan mengalami kekurangan gizi yang akan mengakibatkan berat badan bayi lahir rendah, kelahiran premature (lahir belum cukup bulan), dan lahir dengan berbagai kesulitan / sampai meninggal.

Kekurangan gizi pada ibu hamil bukan saja berdampak pada janin yang akan dilahirkan, tetapi dapat menimbulkan masalah pada ibu hamil itu sendiri. Masalah gizi pada ibu hamil disebabkan karena tidak terpenuhinya kebutuhan zat gizi dari makanan, terbagi menjadi masalah gizi makro (kekurangan energi kronis / KEK) dan masalah gizi mikro (kekurangan zat besi, Iodium dan Kalsium).

Kekurangan zat gizi mikro pada ibu hamil meskipun tingkat ringan akan berdampak pada janin yang dikandung ataupun pada ibu hamil sendiri. Kekurangan zat besi dapat berdampak pada resiko terjadinya berat badan lahir rendah (BBLR) perdarahan, dan peningkatan resiko kematian (Fitriah & Supriasa, 2018).

2.2.3 Anemia pada Ibu Hamil

Berdasarkan WHO, anemia defisiensi besi adalah kondisi dimana tubuh kekurangan besi, yang terbukti dengan tanda kekurangan besi pada jaringan dan tidak tercukupinya cadangan besi dalam tubuh, disertai dengan penurunan kadar hemoglobin, anemia pada kehamilan ditegakkan apabila kadar hemoglobin (Hb) <11 g/Dl. Kehamilan mengakibatkan perubahan fisiologis ibu sehingga meningkatkan risiko anemia, dimana paling rentan dimulai pada usia kehamilan sekitar 20-24 minggu.

Tanda dan gejala yang ditemukan pada ibu hamil dengan defisiensi besi mirip dengan gejala anemia pada umumnya, yaitu akibat penurunan penghantaran oksigen ke jaringan. Pada kondisi awal, pasien akan memiliki toleransi yang rendah untuk melakukan aktivitas fisik, sesak saat beraktifitas ringan, serta mudah lelah. Bila derajat anemia makin parah, tanda dan gejala klinis pun menjadi lebih jelas, seperti penurunan kinerja dan daya tahan, apatis, gelisah, gangguan kognitif dan konsentrasi, sesak, berdebar, pusing berputar, hipotensi ortostatik, serta ditemukan pucat seluruh tubuh, dan murmur sistolik pada katup mitral jantung (Wibowo et al., 2021)

Anemia defisiensi besi adalah yang sampai saat ini merupakan penyebab anemia yang paling sering terjadi dalam kehamilan. Anemia pada ibu hamil dapat meningkatkan resiko kelahiran prematur, perdarahan, resiko keguguran, kematian ibu dan anak serta penyakit infeksi. Anemia defisiensi besi pada ibu dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan janin/bayi saat kehamilan maupun setelahnya. Defisiensi zat besi merupakan penyebab anemia gizi yang pada lazimnya terjadi pada ibu hamil. Defisiensi zat besi pada ibu hamil merupakan problem kesehatan yang dialami oleh wanita di seluruh dunia terutama. Defisiensi zat besi dapat dicegah dengan pemberian suplemen tambah darah mengandung 200 mg sulfas ferosus setara dengan 60 mg besi (Qoriani, 2022).

2.2 Tablet Tambah Darah

2.2.1 Pengertian Tablet Tambah Darah (TTD)

Tablet Tambah Darah atau TTD yang memiliki nama lain yang biasanya disebut dengan Tablet Fe merupakan suplemen yang terdapat kandungan zat besi yang dikonsumsi untuk pembentukan sel darah merah atau hemoglobin. (Mutiarra et al., 2023) Tablet tambah darah adalah suplemen gizi yang mengandung senyawa zat besi yang setara dengan 60 mg besi elemental dan 400 mcg asam folat. (Kemenkes, 2018) Program Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) pada ibu hamil dimulai sejak tahun 1990 yang bertujuan untuk mencegah dan menanggulangi anemia gizi besi serta menjadi salah satu intervensi spesifik dalam upaya percepatan penurunan stunting (Kemenkes RI, 2020)

Tablet tambah darah merupakan zat besi yang berhubungan untuk meningkatkan jumlah eritrosit (kenaikan sirkulasi darah ibu dan kadar hemoglobin atau Hb) yang diperlukan untuk mencegah ataupun mengobati anemia. Konsumsi zat besi pada ibu hamil merupakan salah satu upaya penanggulangan kekurangan zat besi pada ibu hamil. Cara alternatif untuk menanggulangi defisiensi zat besi merupakan suplemen zat besi/ tablet tambah darah. Kekurangan zat besi pada ibu hamil berisiko bayi terlambat berkembang. Tablet tambah darah dibutuhkan oleh ibu hamil untuk memproduksi cadangan Fe. Kebutuhan zat besi pada ibu hamil meningkat pada kehamilan trimester II dan trimester III. Pada masa tersebut kebutuhan zat besi tidak dapat diandalkan dari menu harian saja. Walaupun menu hariannya mengandung zat besi yang cukup, ibu hamil tetap perlu tambahan tablet besi karena wanita hamil akan banyak mengalami kehilangan darah disaat proses persalinan, baik persalinan normal maupun melalui operasi. Oleh karena itu cadangan Fe pada ibu hamil tetap dibutuhkan (Muchtar & Anggraeni, 2021).

Pemberian tablet tambah darah (TTD) sebagai salah satu upaya penting dan merupakan cara efektif karena dapat mencegah dan menanggulangi anemia akibat kekurangan zat besi dan atau asam folat. Tablet tambah darah diberikan kepada wanita usia subur dan ibu hamil. Ibu hamil diberikan tablet tambah darah setiap hari selama masa kehamilannya atau minimal 90 tablet (Kemenkes, 2014).

Anemia pada kehamilan merupakan salah satu masalah nasional karena mencerminkan nilai kesejahteraan sosial ekonomi masyarakat yang juga berpengaruh terhadap kualitas sumber daya manusia. Pemerintah mengeluarkan program pencegahan dan pengendalian anemia melalui kepatuhan minum tablet tambah darah setidaknya 90 hari selama kehamilan (Yunika, 2021).

2.2.2 Sasaran Penerima Tablet Tambah Darah

Sasaran pemberian tablet zat besi, yaitu :

- a) Ibu hamil menjadi prioritas utama karena kelompok ini paling rentan menderita anemia. Hal ini disebabkan adanya peningkatan volume darah selama kehamilan untuk pembentukan plasenta, janin dan cadangan zat besi dalam ASI. Kadar Hb pada ibu hamil menurun pada trimester I dan terendah pada trimester II, selanjutnya meningkat kembali pada trimester III. WHO tidak merekomendasikan batas ambang kadar Hb menurut trimester

kehamilan. Penurunan kadar Hb pada ibu hamil yang menderita anemia sedang dan berat akan mengakibatkan peningkatan risiko persalinan, peningkatan kematian anak dan infeksi penyakit (Kemenkes, 2018).

- b) Remaja Putri, Suplementasi TTD pada Rematri merupakan salah satu upaya pemerintah untuk memenuhi asupan zat besi untuk mencegah anemia yang dapat menyebabkan:
1. Menurunnya daya tahan tubuh sehingga mudah terkena penyakit infeksi
 2. Menurunnya kebugaran dan ketangkasan berpikir karena kurangnya oksigen ke sel otot dan sel otak
 3. Menurunnya prestasi belajar
 4. Dalam jangka panjang jika rematri tersebut menjadi ibu hamil maka akan menjadi ibu hamil yang anemia juga yang akan meningkatkan risiko persalinan, kematian ibu dan bayi, serta infeksi penyakit.

Pemberian TTD dengan dosis yang tepat dapat mencegah anemia dan meningkatkan cadangan zat besi di dalam tubuh. Pemberian TTD dilakukan pada remaja putri mulai dari usia 12-18 tahun di institusi Pendidikan (SMP dan SMA atau yang sederajat) melalui UKS/M. Dosis pencegahan dengan memberikan satu tablet tambah darah setiap minggu selama 52 minggu (Kemenkes RI, 2020).

2.2.3 Manfaat tablet tambah darah (TTD)

Zat besi pada masa kehamilan dibutuhkan untuk membentuk sel darah merah, pertumbuhan dan metabolisme energi, serta meminimalkan peluang terjadinya anemia. Kebutuhan zat besi pada masa kehamilan menjadi dua kali lipat, yaitu dari 18 mg menjadi 30-60 mg per hari. Zat besi berperan dalam membentuk hemoglobin dan protein di dalam sel darah merah yang membawa oksigen ke jaringan tubuh lain, mencegah anemia, mencegah pendarahan saat melahirkan, serta mencegah cacat pada janin. Zat besi bagi ibu hamil digunakan untuk pembentukan dan mempertahankan sel darah merah, sehingga menjamin sirkulasi oksigen dan metabolisme zat gizi lainnya. Asupan zat besi yang baik selama kehamilan akan berperan untuk pertumbuhan dan perkembangan janin (Achadi, 2013). Suplemen tablet besi (Fe) pada masa kehamilan digunakan untuk mencukupi kebutuhan zat

besi dalam tubuh. Penambahan zat besi melalui makanan dan/atau suplemen besi (Fe) mampu mencegah berkurangnya Hb karena hemodilusi (pengenceran).

2.2.4 Tujuan Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD)

Pemberian TTD secara rutin selama jangka waktu tertentu bertujuan untuk meningkatkan kadar hemoglobin secara cepat, dan perlu dilanjutkan untuk meningkatkan simpanan zat besi didalam tubuh. Apabila pola makan sudah memenuhi gizi seimbang, maka suplementasi TTD tidak diperlukan lagi. Oleh karena itu perlu selalu dilakukan pendidikan mengenai pola makan bergizi seimbang, selain perlu memberikan pendidikan mengenai pentingnya konsumsi TTD terutama untuk ibu hamil. Konsumsi TTD masih diperlukan oleh masyarakat Indonesia, terutama karena pada umumnya pola makan masyarakat kurang kaya zat besi (Kemenkes, 2018).

Program Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) pada ibu hamil dimulai sejak tahun 1990 yang bertujuan untuk mencegah dan menanggulangi anemia gizi besi serta menjadi salah satu intervensi spesifik dalam upaya percepatan penurunan stunting. Pencegahan anemia pada ibu hamil dilakukan dengan memberikan minimal 90 tablet selama kehamilan. Cara pemberian TTD pada ibu hamil dengan dosis pencegahan anemia sebanyak 1 TTD setiap hari atau minimal 90 tablet selama kehamilan.

2.2.5 Tempat pemberian & petugas

TTD diberikan kepada sasaran melalui fasilitas pelayanan kesehatan pemerintah maupun swasta atau dapat diperoleh/ dibeli langsung (mandiri) pada tempat-tempat penyedia obat sebagai berikut :

- a. Ibu hamil dapat memperoleh TTD program secara gratis melalui posyandu yang menyediakan TTD, poskesdes, polindes, pustu, puskesmas, atau tempat pelayanan kesehatan pemerintah lainnya atau secara mandiri dapat membeli TTD ke apotek, toko obat atau tempat-tempat pelayanan kesehatan swasta.
- b. Daerah dengan prevalensi anemia tinggi (≥ 20 %) pada ibu hamil, maka dianjurkan pemerintah daerah untuk melakukan pemberian TTD kepada remaja putri dan WUS. Pemberian TTD dapat dilakukan melalui UKS, Poskestren, Klinik Perusahaan, dan fasilitas pelayanan kesehatan lainnya

atau secara mandiri dapat membeli TTD ke apotek/toko obat.

2.2.5 Efek Samping

Pada individu tertentu, konsumsi TTD 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 minum TTD, dapat juga merupakan kondisi yang umum terjadi pada ibu hamil pada trimester pertama kehamilan. Oleh karena itu perlu diberikan pengertian bahwa penyebab mual tersebut bukanlah semata-mata karena TTD. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi mual atau gejala lainnya seperti nyeri lambung adalah dengan mengonsumsi TTD pada malam hari menjelang tidur. Perlu disampaikan bahwa gejala-gejala tersebut tidak berbahaya, dan tubuh akan menyesuaikan sehingga gejala semakin berkurang dengan berjalannya waktu (Kemenkes, 2018).

2.3 Faktor Ketidapatuhan Ibu Hamil Mengonsumsi Tablet Tambah Darah

2.3.1 Pengertian

Ketidapatuhan berarti bersifat patuh, ketaatan, tunduk pada ajaran dan aturan. Kepatuhan adalah perilaku positif penderita dalam mencapai tujuan terapi. Kepatuhan merupakan suatu bentuk perilaku manusia yang taat pada aturan, perintah yang telah ditetapkan, prosedur dan disiplin yang harus dijalankan. Kepatuhan ibu hamil mengonsumsi tablet zat besi merupakan suatu kesadaran juga ketaatan didalam mengonsumsi tablet besi setiap hari.

Ketidapatuhan Ibu hamil yang tidak mengonsumsi suplemen zat besi dengan baik dapat mengalami anemia, yang dapat menyebabkan komplikasi selama kehamilan dan persalinan yang sangat berbahaya bagi ibu dan bayinya, seperti keguguran, pendarahan yang dapat mengakibatkan kematian ibu, kelahiran prematur, dan berat badan lahir rendah. Untuk mencegah anemia pada ibu hamil, mereka rutin meminum minimal 90 tablet penambah darah (TTD) (Apriliani et al., 2021).

2.3.2 Faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan ibu hamil

Tablet tambah darah diberikan sebagai terapi anemia defisiensi besi. Akan tetapi, mengalami kegagalan karena kurangnya kepatuhan minum tablet yang dipengaruhi beberapa faktor yaitu bentuk tablet, warna, rasa dan efek samping seperti nyeri lambung, mual, muntah, konstipasi dan diare. Kegagalan ini karena

kurangnya kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah sehingga dapat mengakibatkan defisiensi besi yang berisiko anemia pada ibu hamil (Muchtar & Anggraeni, 2021)

1) Frekuensi Konsumsi TTD

Kepatuhan terhadap konsumsi TTD di Indonesia masih sangat rendah, yang secara umum diakibatkan oleh rendahnya kesadaran mengenai TTD. Kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah diukur dari ketepatan jumlah tablet yang dikonsumsi, ketepatan cara mengonsumsi tablet zat besi, frekuensi konsumsi perhari.

2) Alasan tidak mengonsumsi TTD

Berbagai informasi yang diperoleh dari ibu hamil setelah mengonsumsi Tablet Tambah darah (TTD) dikelompokkan menjadi mitos ataupun fakta. Mitos ataupun fakta ini harus dijelaskan secara benar, sederhana dan ilmiah agar target sasaran dapat mengetahui kebenaran informasi tersebut sehingga memiliki sikap positif terhadap TTD.

a) Efek Samping

Pada individu tertentu, konsumsi TTD 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 minum TTD, dapat juga merupakan kondisi yang umum terjadi pada ibu hamil pada trimester pertama kehamilan.

b) Motivasi

Motivasi merupakan keinginan dalam diri seseorang yang mendorongnya untuk berperilaku. Motivasi yang baik dalam mengonsumsi 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 sehingga ketidakpatuhan sering kali terjadi karena ibu hamil lupa dan efek samping yang juga mempengaruhi motivasi yang berakibat pada ketidakpatuhan mengonsumsi tablet Fe. Semakin baik motivasi maka semakin patuh ibu hamil dalam mengonsumsi tablet Fe (Permana et al., 2019)

2.4 Penyebab ketidakpatuhan ibu hamil mengonsumsi TTD

Faktor-faktor yang menyebabkan ketidakpatuhan ibu hamil meminum tablet zat besi adalah individu merasa dirinya tidak sakit, ketidaktahuan akan gejala atau tanda-tanda dan dampak yang ditimbulkan, kelalaian ibu hamil atau rendahnya motivasi ibu hamil dalam meminum zat besi setiap hari sampai waktu yang cukup lama, adanya efek samping seperti rasa mual, dan rasa nyeri pada lambung, merasa kurang diterimanya rasa, warna.

Berbagai informasi yang diperoleh dari ibu hamil setelah mengonsumsi Tablet Tambah darah (TTD) dikelompokkan menjadi mitos ataupun fakta. Mitos ataupun fakta ini harus dijelaskan secara benar, sederhana dan ilmiah agar target sasaran dapat mengetahui kebenaran informasi tersebut sehingga memiliki sikap positif terhadap TTD (Kemenkes, 2018).

Terdapat beberapa faktor ketidakpatuhan dalam konsumsi TTD yaitu lupa dan perasaan mual ketika meminum TTD. Selain itu, ibu hamil juga mengatakan tidak mengetahui aturan minum TTD yang benar serta efek samping yang ditimbulkan dari TTD, sehingga rendahnya pengetahuan ibu hamil mengenai TTD berdampak pada tingginya jumlah prevalensi anemia pada ibu hamil (Rustiawan & Pratiwi, 2022).

2.4.1 Dampak Ketidakpatuhan ibu hamil mengonsumsi TTD

Dalam kehamilan, anemia dapat berdampak buruk terhadap morbiditas dan mortalitas ibu maupun bayi. Dampak anemia terhadap janin diantaranya adalah *intra uterine growth retardation* (IUGR), bayi lahir prematur, bayi dengan cacat bawaan, berat bayi lahir rendah (BBLR) dan peningkatan risiko kematian janin dalam kandungan. Dampak anemia pada ibu hamil adalah sesak napas, kelelahan, palpitasi, hipertensi, gangguan tidur, preklamsia, abortus dan meningkatkan risiko perdarahan sebelum dan saat persalinan bahkan sampai pada kematian ibu. Anemia pada ibu hamil masih menjadi salah satu masalah gizi utama di Indonesia.

Anemia pada kehamilan merupakan salah satu faktor dari kehamilan risiko tinggi. Adanya anemia dalam kehamilan akan berdampak pada ibu dan janin (Susilawati & Sudarmiati, 2015). Pemberian tablet tambah darah setiap hari selama kehamilan dapat menurunkan resiko anemia oleh karena itu mengonsumsi suplementasi tablet zat besi (Fe) sangat penting dilakukan oleh ibu hamil (Irnawati

et al., 2023). Dampak tersebut dapat terjadi pada masa kehamilan, persalinan dan masa nifas. Jika hal ini terus menerus berlanjut akan menjadikan kehamilan tidak berjalan normal.

Dampak apabila ibu hamil tidak patuh meminum tablet zat besi dapat menyebabkan terjadinya anemia pada ibu hamil. Selain itu, kekurangan zat besi selama kehamilan juga dapat menghambat tumbuh kembang janin di dalam rahim, terjadinya perdarahan saat kehamilan, keguguran (Aliva et al., 2021)