

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa kehamilan pada ibu hamil dimulai dari proses fertilisasi atau penyatuan spermatozoa dan ovum kemudian dilanjutkan dengan implantasi. Normalnya kehamilan berlangsung selama 40 minggu atau sembilan sampai sepuluh bulan (Fatimah, 2019). Selama kehamilan ibu akan merasakan berbagai perubahan baik secara fisiologis maupun psikologis dari yang awalnya normal kemudian cenderung beresiko sehingga membutuhkan perhatian khusus (Melati, 2023). Salah satu cara yang dapat dilakukan dalam menghadapi perubahan selama kehamilan pada ibu yaitu dengan pemeriksaan kehamilan *Antenatal Care* (ANC) secara rutin.

Pelayanan ANC pada dasarnya dilakukan untuk meningkatkan derajat kesehatan ibu dan memantau status kesehatan ibu selama kehamilan (Nurmasari & Sumarmi, 2019). Pelayanan ANC yang dilakukan ibu hamil dapat mencegah komplikasi atau masalah kehamilan seperti anemia, berat badan lahir rendah (BBLR), kekurangan energi kronis (KEK), makrosomia, gemelli, perdarahan dan lain-lain (Palancoi et al., 2020). Perdarahan postpartum yang berat menjadi salah satu penyebab utama lebih dari 75% kematian ibu (WHO, 2018). Salah satu faktor yang dapat meningkatkan risiko perdarahan postpartum adalah anemia berat selama kehamilan (Omotayo et al., 2022).

World Health Organization (WHO) mengklasifikasikan kadar hemoglobin saat kehamilan yaitu ibu hamil dengan kadar hemoglobin kurang dari 11,0 g/dL

pada trimester pertama dan ketiga dan kurang dari 10,5 g/dL pada trimester kedua dianggap anemia (WHO, 1998). Menurut Woldegebriel et al. (2020), anemia selama kehamilan meningkatkan risiko mortalitas dan morbiditas pada ibu dan bayi. Ibu hamil yang menderita anemia dan bayinya akan merasakan dampak negatif seperti mengalami kelelahan, anemia pada janin, berat badan lahir rendah (BBLR), kelahiran prematur, risiko perdarahan pasca melahirkan meningkat, hambatan pertumbuhan janin dalam rahim, lahir mati, toleransi rendah terhadap infeksi, sesak nafas, serta penurunan kinerja fisik dan mental (Balcha et al., 2023).

Berdasarkan data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia mengalami peningkatan dari tahun 2013 yaitu sebesar 37,1% menjadi 48,9% di tahun 2018 (Riskesdas, 2013; Riskesdas, 2018). Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan tahun 2020 menunjukkan bahwa sebanyak 98,49% ibu hamil memiliki kadar hemoglobin antara 8-11 mg/dL dan 1,15% memiliki kadar hemoglobin kurang dari 8 mg/dL (Dinas Kesehatan Sulawesi Selatan, 2020). Prevalensi anemia pada ibu hamil berbanding lurus dengan proporsi ibu hamil yang memperoleh tablet tambah darah khususnya di kota Makassar yaitu sebesar 67,39% ibu mendapatkan tablet tambah darah (TTD) <90 tablet dan hanya 34,61% yang mendapatkan ≥ 90 tablet (Riskesdas, 2018). Tingginya prevalensi tersebut menunjukkan bahwa kejadian anemia pada ibu hamil masih menjadi masalah serius yang harus segera diatasi.

Pemberian tablet zat besi pada ibu hamil telah diprogramkan oleh pemerintah sebagai upaya pencegahan anemia selama kehamilan. Dalam

Pedoman Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) Ibu Hamil dijelaskan bahwa ibu hamil akan diberikan tablet tambah darah yang mengandung 60 mg zat besi dan 400 mcg asam folat sebanyak minimal 90 tablet selama kehamilan dan diminum satu kali setiap hari dengan tujuan untuk membantu memenuhi kebutuhan zat besi per hari (Kementerian Kesehatan, 2020). Namun kenyataannya, program tersebut masih belum bisa menekan angka kejadian anemia pada ibu hamil secara efektif.

Ketidakberhasilan program ini salah satunya dipengaruhi oleh pola konsumsi tablet zat besi (Fe) yang tidak sesuai, baik dari segi jumlah, cara dan kepatuhan dalam mengonsumsi tablet zat besi (Rustiawan & Pratiwi, 2022). Menurut Mufidah et al. (2018), ibu hamil harus mengonsumsi tablet zat besi secara teratur baik diukur dari ketepatan jumlah tablet yang dikonsumsi maupun cara mengonsumsi tablet zat besi dan frekuensi mengonsumsi tiap hari yang sudah tepat. Penelitian sebelumnya juga menyimpulkan bahwa sebagian besar ibu hamil yang mengalami anemia disebabkan karena tidak teratur dan tidak tepat dalam mengonsumsi tablet zat besi (Agustini & Yunie, 2018).

Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan di Desa Cikunir Kecamatan Singaparna Kabupaten Tasikmalaya menunjukkan bahwa terdapat 2,1% ibu hamil yang bahkan belum pernah mengonsumsi tablet Fe dan masih ada 6,4% ibu hamil yang mengonsumsi tablet Fe bersamaan dengan air teh atau kopi (Sulistyoningsih et al., 2017). Sementara itu, mengonsumsi zat besi yang disertai dengan vitamin C dapat meningkatkan kadar hemoglobin secara lebih efektif dengan rata-rata peningkatan kadar Hb sebesar 2,7 gr/dL (Rieny et al.,

2021). Kemudian, penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa hasil nilai mean kadar hemoglobin sebelum konsumsi tablet zat besi dengan vitamin C pada ibu hamil trimester II yaitu sebesar 9,33 sedangkan nilai mean kadar hemoglobin setelah konsumsi tablet zat besi dengan vitamin C yaitu sebesar 10,07. Hal ini menunjukkan bahwa konsumsi tablet zat besi bersama vitamin C lebih efektif meningkatkan kadar hemoglobin dengan selisih peningkatan sebesar 0,74 (Sunarsih et al., 2019). Oleh karena itu, keteraturan dan ketepatan dalam mengkonsumsi tablet zat besi sangat diharapkan guna menekan kejadian anemia.

Penelitian sebelumnya menyatakan bahwa tingkat pengetahuan yang dimiliki ibu hamil mempengaruhi pola konsumsi tablet Fe dan mengakibatkan sebagian ibu hamil cenderung tidak melanjutkan terapi zat besi yang didapatkan (Apriliana et al., 2022; Seu et al., 2019). Pengetahuan menjadi salah satu faktor yang berpengaruh dalam konsumsi tablet zat besi karena dapat mendorong ibu untuk menerapkan perilaku kesehatan. Keterkaitan tingkat pengetahuan dengan kejadian anemia dapat disebabkan karena ibu hamil yang mengetahui dan memahami tentang anemia dan tablet Fe akan melakukan perilaku kesehatan untuk mencegah anemia bahkan berinisiatif mencari sendiri informasi tentang kesehatan kehamilannya (Ramadhani, 2018). Peran tenaga kesehatan juga tidak kalah penting sebagai komunikator untuk memberikan informasi guna meminimalisir kurangnya pengetahuan dan sikap ibu hamil terhadap kesehatannya (Rustiawan & Pratiwi, 2022). Oleh karena itu, penting untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu hamil mengenai anemia dan pentingnya mengkonsumsi tablet zat besi.

Penelitian yang telah dilakukan sebelumnya, menyatakan bahwa pengetahuan akan mempengaruhi munculnya motivasi individu, semakin baik pengetahuan ibu hamil tentang pentingnya mengkonsumsi TTD untuk ibu dan janin maka ibu hamil akan memiliki motivasi yang baik pula dalam memenuhi kebutuhan zat besi selama hamil (Yanti & Resiyanthi, 2022). Selain itu, tingginya motivasi ibu hamil akan berdampak pada pembentukan sikap positif terhadap kepatuhan dalam mengkonsumsi tablet zat besi (Yosi & Rimpin, 2018). Sehingga, motivasi ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet zat besi perlu untuk diketahui.

Dari latar belakang yang telah diuraikan di atas, menunjukkan bahwa telah terdapat penelitian mengenai tingkat pengetahuan dan motivasi ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet zat besi. Penelitian sebelumnya seperti yang dilakukan oleh Agustini & Yunie (2018) di wilayah kerja Puskesmas Cisayong mengungkapkan bahwa meskipun ibu hamil telah mengkonsumsi tablet zat besi sesuai jumlah yang dianjurkan, jika cara mengkonsumsinya tidak tepat maka ibu hamil akan tetap mengalami anemia karena penyerapan zat besi oleh tubuh tidak optimal. Meskipun terdapat penelitian terdahulu yang membahas mengenai pola konsumsi tablet zat besi namun hanya berfokus pada kepatuhan ibu dalam mengkonsumsi tablet zat besi. Sehingga berbeda dengan penelitian sebelumnya, penelitian ini akan lebih menekankan pentingnya tidak hanya mengkonsumsi tablet zat besi secara teratur, akan tetapi juga penting bagi ibu hamil untuk memperhatikan cara mengkonsumsi tablet zat besi yang benar agar penyerapan di dalam tubuh lebih optimal.

Berdasarkan survey yang telah dilakukan, diperoleh data bahwa angka kejadian anemia pada ibu hamil yang tertinggi di kota Makassar berada pada Puskesmas Kaluku Bodoa dengan 133 ibu hamil dan Puskesmas Rappokalling dengan 103 ibu hamil yang mengalami anemia (Dinas Kesehatan Kota Makassar, 2023). Oleh karena itu, peneliti merasa perlu melakukan penelitian untuk mengetahui dengan lebih spesifik mengenai gambaran tingkat pengetahuan, motivasi dan pola konsumsi tablet zat besi pada ibu hamil khususnya di Kota Makassar. Penelitian ini nantinya diharapkan mampu memberikan pandangan mengenai langkah promotif dan preventif apa yang harus dilakukan dalam mengurangi kejadian anemia di kota Makassar secara optimal.

B. Signifikansi Masalah

Penelitian tentang tingkat pengetahuan, motivasi dan pola konsumsi tablet zat besi pada ibu hamil di Kota Makassar memiliki signifikansi penting dalam mencegah dan menanggulangi anemia serta meningkatkan kesehatan ibu selama kehamilan. Pengetahuan mengenai anemia dan tablet zat besi penting dimiliki oleh ibu hamil agar dapat menghindari faktor penyebab kejadian anemia dan aturan mengkonsumsi tablet zat besi yang dapat berakibat pada gangguan kehamilan. Selain itu, motivasi dan ketepatan pola konsumsi tablet zat besi ini juga sangat penting agar jumlah tablet zat besi yang dianjurkan benar dan proses penyerapan zat besi oleh tubuh bisa lebih efektif serta potensi kejadian anemia pada ibu hamil yang beresiko menimbulkan berbagai komplikasi dapat dicegah. Dengan memahami dampak yang akan ditimbulkan tersebut, diharapkan dapat

dikembangkan strategi intervensi yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan, motivasi dan pola konsumsi tablet zat besi yang tepat sehingga dapat secara langsung berkontribusi pada penurunan angka kematian ibu dan bayi. Selain itu, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan untuk meningkatkan kebijakan kesehatan publik yang lebih efektif dalam mengatasi anemia pada ibu hamil khususnya di Kota Makassar.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia mengalami peningkatan serta kejadian anemia di kota Makassar juga masih cukup tinggi dan belum teratasi. Prevalensi kejadian anemia pada ibu hamil ini menunjukkan bahwa anemia menjadi salah satu masalah serius yang harus diantisipasi, mengingat dampak yang ditimbulkan dapat beresiko pada meningkatnya Angka Kematian Ibu (AKI) maupun Angka Kematian Bayi (AKB). Program pemberian TTD minimal 90 tablet selama kehamilan merupakan upaya yang dilakukan oleh pemerintah dalam mencegah dan menanggulangi anemia pada ibu hamil. Namun hal ini masih belum berhasil karena berbagai faktor sehingga menyebabkan kebutuhan zat besi ibu hamil tidak tercukupi. Jika pengetahuan dan motivasi ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet zat besi masih kurang serta pola konsumsi tablet zat besinya belum tepat dan sesuai, maka ibu hamil akan tetap mengalami anemia dan prevalensi kejadian anemia pada ibu hamil pun akan terus bertambah. Melihat permasalahan yang ada, memberi dasar bagi peneliti merumuskan masalah

penelitian yaitu “Bagaimana gambaran tingkat pengetahuan, motivasi dan pola konsumsi tablet zat besi pada ibu hamil di kota Makassar?”

D. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran, tingkat pengetahuan, motivasi dan pola konsumsi tablet zat besi pada ibu hamil di Kota Makassar.

2. Tujuan khusus

- a. Mengetahui karakteristik responden yang mengonsumsi tablet zat besi (usia, pekerjaan, pendidikan terakhir, usia kehamilan, jumlah paritas, frekuensi ANC, dan riwayat kehamilan sebelumnya yang bermasalah)
- b. Mengetahui tingkat pengetahuan ibu hamil tentang tablet zat besi di Kota Makassar
- c. Mengetahui motivasi ibu hamil dalam mengonsumsi tablet zat besi di Kota Makassar.
- d. Mengetahui pola konsumsi tablet zat besi yang meliputi ketepatan jumlah tablet yang dikonsumsi selama kehamilan, ketepatan cara mengonsumsi tablet zat besi dan ketepatan frekuensi konsumsi tablet perhari pada ibu hamil di Kota Makassar.

E. Kesesuaian Penelitian dengan Roadmap Prodi

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan sebelumnya, penelitian tentang gambaran tingkat pengetahuan, motivasi dan pola konsumsi tablet zat besi pada ibu hamil di Kota Makassar sesuai dengan roadmap program studi

(prodi) pada domain 2 yaitu optimalisasi pengembangan insani melalui pendekatan dan upaya promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif pada individu, keluarga, kelompok dan masyarakat. Penelitian ini akan memberikan gambaran bagaimana tingkat pengetahuan dan motivasi serta pola konsumsi tablet zat besi pada ibu hamil dapat dioptimalkan dengan memperhatikan pendekatan yang mencakup aspek promotif dan preventif. Melalui pendekatan promotif, penelitian ini akan berfokus pada pentingnya edukasi dan penyuluhan kepada ibu hamil mengenai cara mengkonsumsi tablet zat besi yang tepat sehingga diserap dengan baik oleh tubuh, dampak bagi ibu dan janin apabila kekurangan zat besi selama kehamilan, dan pentingnya mengkonsumsi tablet zat besi sesuai jumlah yang dianjurkan agar kebutuhan zat besi selama kehamilan dapat terpenuhi. Pendekatan preventif akan menekankan pada upaya pencegahan terhadap kejadian anemia selama masa kehamilan yang dapat menimbulkan komplikasi baik pada saat kehamilan, persalinan maupun masa nifas. Dengan memperhatikan semua pendekatan ini, penelitian ini akan memberikan gambaran tentang bagaimana pengembangan insani yang lebih baik dapat tercapai melalui peningkatan pengetahuan dan motivasi serta penerapan pola konsumsi tablet zat besi yang tepat pada ibu hamil di Kota Makassar.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat bagi Akademik

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam bidang ilmu pengetahuan seperti pengembangan teori, konsep, dan metode penelitian yang lebih efektif serta dapat dijadikan sumber pustaka atau

referensi bagi akademik untuk penelitian selanjutnya terutama terkait dengan tingkat pengetahuan, motivasi dan pola konsumsi tablet zat besi pada ibu hamil di Kota Makassar.

2. Manfaat bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman dan meningkatkan pengetahuan masyarakat dalam mengkonsumsi tablet zat besi yang tepat pada ibu hamil sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup masyarakat.

3. Manfaat bagi Peneliti

Penelitian ini dapat memberikan kesempatan bagi peneliti untuk menyumbangkan pengetahuan baru dan menambah pengalaman serta wawasan peneliti mengenai tingkat pengetahuan, motivasi dan pola konsumsi tablet zat besi pada ibu hamil di Kota Makassar.

4. Manfaat bagi Pelayanan Kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan, informasi, serta gambaran mengenai langkah-langkah preventif yang dapat dilakukan oleh pelayanan kesehatan dalam mengurangi kejadian anemia pada ibu hamil.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Umum Kehamilan

1. Definisi Kehamilan

Kehamilan didefinisikan sebagai suatu proses berkesinambungan yang terdiri dari ovulasi (pematangan sel) lalu pertemuan ovum (sel telur) dan spermatozoa (sel sperma) kemudian terjadi fertilisasi dan pertumbuhan zigot yang kemudian bernidasi (melekat) pada uterus dan terbentuk plasenta yang selanjutnya hasil konsepsi tersebut akan tumbuh dan berkembang sampai aterm atau cukup bulan (Apidianti et al., 2019). Normalnya kehamilan berlangsung sekitar 280 hari (40 minggu atau sembilan bulan tujuh hari) dihitung dari hari pertama haid terakhir (HPHT) yang terbagi dalam 3 trimester yaitu trimester I dimulai dari konsepsi sampai tiga bulan (0-12 minggu), trimester II dimulai dari bulan keempat sampai enam bulan (13-28 minggu), dan trimester III dari bulan tujuh sampai sembilan bulan (29-42 minggu) (Fatimah, 2019).

2. Perubahan Fisiologis Kehamilan

a. Sistem Kardiovaskular

Pada awal kehamilan, curah jantung wanita hamil dapat meningkat sebesar 50% karena vasodilatasi perifer, penurunan resistensi pembuluh darah sistemik dan peningkatan denyut jantung hingga 30 denyut per menit pada akhir kehamilan (Aleksenko & Quaye, 2020). Selain itu, saat berbaring miring maka curah jantungnya lebih tinggi daripada saat

terlentang, hal ini karena aliran balik vena ke jantung terhambat oleh uterus yang semakin besar dan berat. Ibu hamil juga mengalami peningkatan denyut nadi 10-15x permenit saat istirahat (Cholifah & Rinata, 2022).

b. Sistem Respirasi

Wanita hamil akan mengalami perubahan dan penyesuaian sistem respirasi sebagai respon dari metabolisme tubuh yang meningkat, kebutuhan oksigen ke uterus dan janin meningkat dan kebutuhan oksigen untuk ibu sendiri. Dengan meningkatnya kadar estrogen akan meningkatkan vaskularisasi saluran nafas bagian atas dan kapiler juga membesar sehingga terjadi pembengkakan serta penumpukan darah pada hidung, faring, laring, trakea dan bronkus (Cholifah & Rinata, 2022).

c. Sistem Integumen

Perubahan warna terjadi pada kulit dinding perut dan payudara terkadang juga paha. Pada area ini kulit akan menjadi kusam dan kemerahan ini dikenal dengan striae gravidarum atau stretch marks. Beberapa perempuan akan mengalami perubahan warna kulit menjadi hitam kecoklatan yang disebut linea nigra pada garis tengah perutnya (linea alba) (Prawirohardjo, 2016).

d. Sistem Pencernaan

Pada awal kehamilan sebagian besar wanita mengalami mual baik disertai muntah maupun tidak yang dikenal dengan *morning sickness*.

Hal ini merupakan respon tubuh akibat meningkatnya kadar hCG (Human Chorionic Gonadotropin) dan perubahan metabolisme karbohidrat. Kondisi ini muncul pada usia 4-6 minggu kehamilan yang jika sangat sering dan disertai demam akan berdampak pada penurunan berat badan ibu hamil, namun kondisi ini akan hilang saat memasuki trimester kedua. Kemudian di akhir trimester kedua kebutuhan metabolik akan meningkat sehingga nafsu makan juga bertambah (Yunika, 2021).

e. Sistem Urinaria atau Perkemihan

Sistem perkemihan saat hamil akan meningkat hingga 50 persen untuk mengimbangi peningkatan volume darah. Umumnya di awal kehamilan, ibu hamil akan sering merasakan desakan untuk buang air kecil karena tekanan dari uterus yang membesar. Kondisi ini normal pada saat hamil dan biasanya akan menghilang dengan sendirinya saat memasuki trimester kedua (Kasmiati et al., 2023).

f. Sistem Hematologi

Pada usia kehamilan 6-8 minggu, volume plasma meningkat dan pada minggu ke-4 meningkat lagi sekitar 1500 ml. Peningkatan volume plasma ini tidak berkaitan dengan volume plasma sebelum hamil tetapi berkaitan dengan ukuran janin. Selain itu, sel darah merah juga meningkat sekitar 200-250 ml selama kehamilan (Yunika, 2021). Pada penelitian yang dilakukan oleh Saleem et al. (2022) menunjukkan bahwa pemeriksaan hitung darah lengkap pada ibu hamil (Leukosit, Limfosit,

Eritrosit, Hemoglobin, Hematokrit dan Trombosit) mengalami penurunan yang signifikan dibandingkan dengan wanita tidak hamil, sedangkan Neutrofil menunjukkan peningkatan. Sel yang tingkat metabolismenya tinggi membutuhkan lebih banyak zat besi dan lebih sensitive terhadap kegagalan fungsi jika terjadi kekurangan zat besi. Janin akan menangkap lebih banyak oksigen saat tumbuh dan volume darah ibu meningkat. Oleh karena itu, kehamilan merupakan kondisi rentan mengalami kekurangan zat besi dan sulit diketahui (Kaushal et al., 2022).

3. Perubahan Psikologis Kehamilan

Saat hamil persepsi wanita akan beragam, ada yang menganggap kehamilan sebagai penyakit, suatu hal yang buruk atau sebaliknya menganggap kehamilan sebagai masa untuk fokus pada keluarga. Perubahan psikologis yang terjadi pada wanita hamil disebabkan oleh peningkatan produksi hormon progesteron (Illustri, 2018). Perubahan psikologis yang dialami ibu selama kehamilan antara lain sebagai berikut:

a. Perubahan emosional

Selama trimester pertama kehamilan, perubahan emosional meliputi penurunan dorongan seksual karena kelelahan dan mual, perubahan suasana hati seperti depresi atau kecemasan, pemikiran ibu tentang kesejahteraan bayi dan dirinya serta penampilan fisik yang kurang menarik. Trimester kedua, khususnya pada bulan kelima, perubahan emosional lebih terlihat karena bayi mulai bergerak,

memicu perhatian ibu terhadap kesehatan bayi yang akan dilahirkan. Kecemasan ibu hamil cenderung meningkat seiring pertambahan usia kehamilan. Perubahan pada trimester ketiga berupa kekhawatiran ibu hamil tentang persalinan.

b. Cenderung malas

Perubahan hormonal menyebabkan gerakan tubuh ibu hamil menjadi lamban dan cepat merasa lelah sehingga cenderung menjadi malas.

c. Sensitif

Selama hamil wanita akan menjadi peka, mudah tersinggung dan mudah marah sehingga apapun dirasa kurang menyenangkan. Hal ini mengharuskan suami untuk paham agar ibu tidak merasa tertekan yang akan berdampak pada perkembangan fisik dan psikis bayi.

d. Mudah cemburu

Akibat perubahan hormonal dan perubahan penampilan fisik sehingga kepercayaan diri kurang menyebabkan ibu hamil mudah cemburu karena menganggap suaminya akan meninggalkannya.

e. Meminta Perhatian Lebih

Selama kehamilan, wanita akan menjadi lebih manja dan ingin selalu lebih diperhatikan. Perhatian suami akan menimbulkan rasa aman pada ibu dan pertumbuhan yang baik pada janin.

f. Perasaan *ambivalen*

Perasaan *ambivalen* sering muncul saat trimester I kehamilan. Perasaan ini berkaitan dengan kekhawatiran terhadap perubahan selama masa kehamilan, rasa tanggung jawab, takut atas kemampuan menjadi orang tua, sikap penerimaan keluarga, masyarakat dan masalah keuangan dan akan berakhir seiring dengan adanya sikap penerimaan terhadap kehamilan.

g. Perasaan ketidaknyamanan

Perasaan tidak nyaman sering dialami pada trimester pertama diantaranya mual, kelelahan, perubahan nafsu makan dan kepekaan emosional yang dapat mencerminkan konflik dan depresi.

h. Depresi

Penyebab depresi pada ibu hamil akibat perubahan hormonal yang berhubungan dengan otak, hubungan dengan suami atau anggota keluarga, kegagalan dan komplikasi hamil. Penelitian yang dilakukan Howard & Khalifeh (2020) menyebutkan bahwa depresi dan kecemasan saat hamil tidak hanya berdampak pada ibu hamil tetapi juga berdampak negatif pada bayi seperti masalah emosional, kesulitan menyesuaikan diri dengan sosiokultural, masalah keterikatan dan perkembangan kognitif yang kurang positif.

i. Stress

Pemikiran negatif dan perasaan takut selalu menjadi penyebab stress pada ibu hamil yang dapat mempengaruhi perkembangan

fisiologis dan psikologis bayi. Sebaliknya, ibu hamil yang selalu berfikir positif membantu pembentukan dan perkembangan janin, serta nutrisi kesehatan pada bayi.

j. **Ansietas**

Ansietas adalah istilah dari kecemasan, kekhaatiran, gelisah, tidak tenang yang disertai dengan gejala fisik. Faktor penyebab ansietas yaitu kesejahteraan dirinya dan bayi yang akan dilahirkan, pengalaman keguguran, rasa aman dan nyaman selama hamil, penemuan jati diri dan persiapan menjadi orang tua, sikap menerima kehamilan keuangan keluarga, dukungan keluarga dan tenaga medis. Gejala ansietas meliputi mudah tersinggung, sulit bersosialisasi, stress, sulit tidur, denyut jantung cepat, sering buang air kecil, sakit perut, tangan berkeringat dan gemetar, kaki dan tangan kesemutan, kejang otot, sering pusing dan pingsan.

k. **Insomnia**

Insomnia atau sulit tidur sering terjadi pada ibu hamil saat awal kehamilan atau menjelang persalinan. Insomnia ini akan memberikan dampak buruk berupa perasaan mudah lelah, tidak bergairah, mudah emosi dan stress.

B. Tinjauan Umum Tablet Zat Besi

1. Pengertian Tablet Zat Besi

Tablet zat besi (Fe) adalah suplemen mineral yang dibutuhkan tubuh karena mengandung unsur penting dalam proses pembentukan

hemoglobin atau sel darah merah. Secara alamiah zat besi terdapat pada makanan yang dikonsumsi sehari-hari dan jika kurang akan menyebabkan gangguan anemia gizi (kurang darah) (Kementerian Kesehatan, 2018).

Tabel 1. Rekomendasi WHO tentang Pengelompokan Anemia (g/dL) berdasarkan Umur

Populasi	Tidak Anemia	Anemia		
		Ringan	Sedang	Berat
Anak 6-59 bulan	11	10,0 – 10,9	7,0 – 9,9	<7,0
Anak 5-11 tahun	11,5	11,0 – 11,4	8,0 – 10,9	<8,0
Anak 12-14 tahun	12	11,0 – 11,9	8,0 – 10,9	<8,0
WUS tidak hamil	12	11,0 – 11,9	8,0 – 10,9	<8,0
Ibu Hamil	11	10,0 – 10,9	7,0 – 9,9	<7,0
Laki-laki ≥ 15 tahun	13	11,0 – 12,9	8,0 – 10,9	<8,0

Salah satu upaya pemerintah yang efektif dalam pencegahan dan penanggulangan anemia akibat defisit zat besi atau asam folat yaitu program pemberian tablet tambah darah. Tablet tambah darah diberikan kepada ibu hamil setiap hari selama masa kehamilannya atau paling sedikit 90 tablet, sementara wanita usia subur diberikan sebanyak satu kali seminggu dan saat haid satu kali sehari (Kemenkes RI, 2014).

2. Manfaat Tablet Zat Besi

Pemberian suplemen zat besi merupakan salah satu cara efektif untuk meningkatkan asupan zat besi yang dibutuhkan tubuh jika dikonsumsi secara teratur. Menurut Kementerian Kesehatan (2018), zat besi berperan sebagai salah satu komponen dalam pembentukan *myoglobin*, yaitu protein yang menyalurkan oksigen menuju otot, serta membentuk enzim dan kolagen. Selain itu, zat besi juga berperan penting dalam sistem imunitas tubuh.

Pada ibu hamil mengonsumsi tablet zat besi penting karena akan memberikan beberapa manfaat, yaitu:

- 1) Meningkatkan asupan nutrisi pada janin
- 2) Mencegah terjadinya anemia defisiensi zat besi
- 3) Mencegah perdarahan saat masa persalinan
- 4) Menurunkan risiko kematian pada ibu akibat perdarahan saat persalinan

3. Efek Samping Penggunaan Tablet Zat Besi

Salah satu faktor yang menyebabkan ibu hamil tidak patuh dalam mengonsumsi tablet zat besi karena adanya efek samping dari tablet tersebut. Beberapa keluhan yang dirasakan setelah minum tablet zat besi yaitu mual muntah, nyeri ulu hati, diare, konstipasi, pusing, dan sakit perut (Baharini et al., 2017). Sebagian ibu hamil mengatakan saat minum TTD fesesnya berwarna hitam, namun hal ini normal karena adanya sisa zat besi yang tidak diserap tubuh (Kementerian Kesehatan RI, 2015).

Keluhan seperti mual tidak hanya muncul setelah minum TTD, tetapi juga merupakan kondisi yang umum terjadi pada ibu hamil saat trimester pertama kehamilan. Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk mengurangi mual atau efek samping lainnya seperti nyeri lambung yaitu dengan mengonsumsi TTD pada malam hari sebelum tidur atau minum bersama buah segar/jus buah. Namun, efek samping tersebut tidak berbahaya dan tubuh akan menyesuaikan sehingga keluhan yang dirasakan sedikit demi sedikit berkurang (Kementerian Kesehatan RI, 2015)

4. Pola Konsumsi Tablet Zat Besi

a. Jumlah tablet zat besi yang dikonsumsi

Jumlah tablet yang dikonsumsi yaitu ibu hamil minimal mengkonsumsi tablet zat besi 90 tablet sampai pada trimester III selama kehamilan atau 30 tablet dalam 1 trimester (Yuliasari et al., 2020). Pemberian tablet zat besi diberikan oleh bidan atau dokter kepada wanita usia subur dan ibu hamil. Untuk wanita usia subur diberikan sebanyak seminggu satu kali dan selama haid diberikan sehari satu kali, sedangkan bagi ibu hamil diberikan 1 tablet zat besi setiap hari selama masa kehamilannya atau minimal 90 tablet (Permenkes, 2014).

b. Cara mengkonsumsi tablet zat besi

Menurut (Kementerian Kesehatan, 2020), cara mengkonsumsi tablet tambah darah agar lebih efektif mencegah anemia adalah sebagai berikut:

- 1) Tablet tambah darah sebaiknya diminum pada malam hari sebelum tidur untuk mengurangi efek samping seperti mual
- 2) Mengkonsumsi tablet tambah darah bersama makanan atau minuman yang mengandung vitamin C seperti sayuran, buah segar atau jus buah agar membantu penyerapan zat besi dalam tubuh

- 3) Tidak meminum tablet tambah darah bersama teh, kopi, susu, obat sakit maag dan suplemen kalsium (kalk) karena dapat menghambat penyerapan zat besi.

Ketepatan cara mengkonsumsi tablet zat besi yaitu minum tablet zat besi dengan air putih, buah-buahan sumber vitamin C (jeruk, papaya, jambu biji, dan lain-lain), sumber protein hewani (daging, ikan dan unggas). Absorpsi besi dalam bentuk non-heme meningkat empat kali lipat bila ada vitamin C. Selain itu zat besi juga ditemukan dalam sayur-sayuran seperti sayur bayam, yang memiliki sumber besi non heme. Bayam yang telah dimasak mengandung zat besi sebanyak 8,3 mg/100 gram. Sehingga sayur berperan dalam pembentukan hemoglobin. Mengonsumsi makanan yang mengandung zat besi seperti ubi jalar dapat meningkatkan kadar Hemoglobin darah pada ibu hamil (Rimawati et al., 2018).

c. Frekuensi minum tablet zat besi perhari

Pemberian dosis zat besi dibedakan menjadi dua yaitu dosis pencegahan dan dosis pengobatan. Dosis pencegahan diberikan kepada kelompok sasaran tanpa pemeriksaan kadar Hb sebelumnya. Pemberian dosis ini ditujukan bagi ibu hamil sampai masa nifas dengan ketentuan satu tablet sehari (60 mg besi elemental dan 0,25 mg asam folat) selama sekurang-kurangnya 90 hari masa kehamilan sampai 42 hari pasca melahirkan yang diberikan sejak kunjungan pertama kehamilan (K1). Sedangkan untuk dosis pengobatan

diberikan pada ibu hamil yang melakukan pemeriksaan kadar Hb dan nilai Hb-nya kurang dari batas normal yaitu kadar Hb <11 gr/dL maka dosis yang diberikan menjadi 3 tablet sehari selama 90 hari masa kehamilan (C. F. Lubis et al., 2023).

5. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pola Konsumsi Tablet Zat Besi pada Ibu Hamil

a. Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil dari proses mengetahui suatu hal setelah melakukan penginderaan terhadap suatu objek. Pemahaman tentang obat sangat penting karena merupakan komponen yang krusial dalam pelayanan kesehatan, baik sebagai upaya preventif, promotif, kuratif maupun rehabilitatif (Panjaitan, 2017). Pengetahuan yang memadai tentang tablet besi dan anemia yang dimiliki wanita usia subur akan berpengaruh terhadap praktik mengkonsumsi suplemen zat besi secara keseluruhan (Tsegai, Berhe, Tesfaezgi, & Weldemariam, 2023). Penjelasan mengenai penggunaan tablet zat besi seperti waktu minum, jumlah yang diminum dalam sehari, berapa banyak kebutuhan tablet zat besi selama kehamilan, makanan yang menghambat dan meningkatkan penyerapan tablet zat besi, dan lain-lain dari tenaga kesehatan seperti bidan, dokter, apoteker, perawat, ahli gizi, dan seluruh tenaga kesehatan lainnya dapat menciptakan pengetahuan yang baik pada ibu hamil (Setiowati, 2021).

b. Motivasi

Motivasi dapat diartikan sebagai dorongan internal maupun eksternal dalam diri seseorang, yang ditunjukkan oleh adanya keinginan dan minat, dorongan dan kebutuhan, harapan dan cita-cita, serta penghargaan dan penghormatan. Motif merupakan dorongan dari dalam diri yang mendorong seseorang untuk melakukan aktivitas tertentu guna mencapai suatu tujuan serta memberikan arah pada perilaku manusia. Menurut Siagian tahun 2012 dalam Ariani (2021), motivasi dibedakan menjadi dua jenis, yaitu:

- 1) Motivasi Intrinsik adalah motivasi yang berasal dari dalam yang menjadi kebutuhan sehingga manusia menjadi puas
- 2) Motivasi Ekstrinsik adalah motivasi yang berasal dari luar yang merupakan pengaruh dari orang lain atau lingkungan.

C. Keterkaitan Konsumsi Tablet Zat Besi pada Ibu Hamil

Selama kehamilan kebutuhan zat besi pada wanita akan meningkat dua hingga tiga kali lipat dari kebutuhan sebelum hamil (Soma-pillay et al., 2016). Hal tersebut disebabkan karena meningkatnya volume darah sampai 50% selama hamil, sehingga diperlukan zat besi yang lebih banyak untuk pembentukan hemoglobin (Yunida et al., 2022). Kandungan zat besi (Fe) yang dibutuhkan oleh ibu hamil adalah sekitar 800 mg yang terdiri dari 300 mg kebutuhan janin, 500 mg untuk meningkatkan jumlah hemoglobin maternal dan kelebihan sekitar 200 mg akan dikeluarkan melalui usus, urine dan kulit.

Kandungan zat besi yang diperoleh dari makanan ibu hamil akan menghasilkan sebanyak 8-10 mg zat besi per 100 kalorinya. Apabila diasumsikan pola makan sebanyak tiga kali per hari dengan total kalorinya 2500 kkal akan menghasilkan 20-25 mg zat besi setiap harinya namun tubuh hanya mengabsorpsi sekitar 2-3 mg, maka selama masa kehamilan dengan perhitungan 288 hari wanita hamil akan menghasilkan zat besi sekitar 100 mg. Dengan demikian, wanita hamil masih kekurangan zat besi yang dibutuhkan sehingga diperlukan asupan tambahan berupa tablet zat besi (Fe) (Kementerian Kesehatan, 2018; Dinas Kesehatan, 2023).

D. Penelitian Terupdate terkait Variabel

Tabel 2. Originalitas Penelitian

No.	Author, Tahun, Judul penelitian, Negara	Tujuan Penelitian	Metode	Sample/Partisipan	Hasil
1.	Nama penulis: - Sumera Aziz Ali - Savera Aziz Ali - Syama Razzaq - Nayab Khawaja - Sarah Gutkind - Fazal Ur Raheman - Nadir Suhail Tahun: 2021 Judul Penelitian: <i>Predictors of iron consumption for at least 90 days during pregnancy: Findings from National Demographic Health Survey, Pakistan (2017-2018)</i> Negara: Pakistan	Penelitian bertujuan untuk mengetahui prediktor konsumsi zat besi setidaknya ≥ 90 hari selama kehamilan di Pakistan	- Penelitian ini menganalisis data dari Survei Kesehatan Demografi Pakistan yang representative secara nasional pada tahun 2017-2018. - Penelitian ini menggunakan desain sampel dua tahap bertingkat diikuti pada The Pakistan Demographic Health Survey (PHDS). Kerangka pengambilan sampel didasarkan pada catatan blok enumerasi (EB) yang dihasilkan untuk Sensus Pakistan 2017. Cluster yang terbuat dari EB dipilih sebagai titik sampel pertama. Probabilitas yang sebanding dengan ukurannya (jumlah rumah tangga di setiap EB) diterapkan untuk menggunakan EB selama survei. Kemudian diikuti dengan pengambilan sampel rumah tangga secara sistematis pada pengambilan sampel tahap kedua	- Sampel pada penelitian ini sebanyak 580 cluster dipilih pada pengambilan sampel tahap pertama. - Pengambilan sampel tahap kedua dengan proses pencatatan rumah tangga dilakukan pada cluster yang teridentifikasi, dan sekitar 28 rumah tangga dipilih per cluster dengan probabilitas proses seleksi sistematis yang sama sehingga menghasilkan 16.240 rumah tangga.	Sekitar 30% wanita melaporkan mengonsumsi tablet zat besi selama ≥ 90 hari selama kehamilan terakhir mereka. Dalam analisis regresi logistik multivariabel, kami menemukan bahwa faktor-faktor seperti usia perempuan (≥ 25 tahun) (rasio prevalensi yang disesuaikan (aPR) = 1,52; CI 95%: 1,42–1,62)], indeks kekayaan (kaya/terkaya) (aPR = 1,25; [95% CI: 1,18–1,33]), pendidikan dasar (aPR = 1,33; [95% CI: 1,24–1,43]), pendidikan menengah (aPR = 1,34; [95% CI: 1,26–1,43]), pendidikan tinggi (aPR = 2,13; [95% CI: 1,97–2,30]), pendapat perempuan dalam memilih suami (aPR = 1,68; [95% CI: 1,57–1,80]), $\geq$ lima kali kunjungan antenatal (aPR = 2,65; [95% CI (2,43–2,89)]), riwayat operasi caesar terakhir (aPR = 1,29; [95% CI: 1,23–1,36]) berhubungan secara signifikan dengan konsumsi zat besi selama ≥ 90 hari.

2.	Nama Penulis: - Saqilah Permata Azni Lubis - Darmawati - Dara Ardhia Tahun: 2021 Judul Penelitian: Gambaran Pengetahuan dan Kepatuhan Ibu Hamil dalam Mengonsumsi Tablet Zat Besi Negara: Indonesia	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengetahuan ibu hamil dan kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet zat besi	- Metode yang digunakan dalam penelitian ini <i>adalah deskriptif eksploratif</i> dengan pendekatan <i>cross sectional study</i>. - Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik <i>purposive sampling</i>. - Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner yang telah melalui uji validitas.	Sampel dalam penelitian ini sebanyak 95 ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Jaya Baru Banda Aceh.	Dari penelitian didapatkan hasil bahwa dari 95 responden, hanya terdapat 69 responden (72,6%) yang memiliki pengetahuan baik dan sebagian besar lainnya memiliki pengetahuan yang kurang baik yaitu sebanyak 26 responden (27,4%). Selain itu, hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa ibu hamil yang patuh sebanyak 66 responden (69,5%) dari total 95 responden.
3.	Nama Penulis: - Gugulethu N Mabuza - Alexander Waits - Owen Nkoka - Li-Yin Chien Tahun: 2022 Judul Penelitian: <i>Prevalence of iron and folic acid supplements consumption and associated factors among pregnant women in Eswatini: a multicenter cross-sectional studi</i> Negara:	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui prevalensi konsumsi suplemen <i>Iron and Folic Acid</i> (IFA) dan mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi suplemen IFA pada ibu hamil di Eswatini.	Penelitian ini menggunakan desain survei kuesioner <i>cross-sectional</i>.	Ukuran sampel dalam penelitian ini secara keseluruhan sebanyak 330 peserta direkrut dalam jangka waktu 12 minggu, dan ukuran sampel setiap wilayah sebanding dengan perkiraan jumlah pengguna layanan ANC di wilayah tersebut.	Selama trimester pertama, 10,3% peserta mengonsumsi seluruh atau hampir seluruh suplemen IFA. Pada trimester kedua dan ketiga, yang mengonsumsi seluruh atau hampir seluruh suplemen masing-masing sebesar 37 dan 39,7% untuk zat besi dan masing-masing 37,6 dan 40,9% untuk asam folat. Hambatan, termasuk efek samping, kelupaan, kehamilan sebelumnya yang aman tanpa IFA, saran orang lain terhadap konsumsi, kehabisan stok IFA, ketidakmampuan untuk memenuhi biaya transportasi, dan pasokan tablet IFA yang tidak memadai, berkontribusi terhadap rendahnya konsumsi IFA. Model

	Eswatini, Afrika				regresi logistik multivariat menunjukkan bahwa hambatan tersebut berbanding terbalik dengan konsumsi suplemen IFA yang baik. Pengetahuan dan sikap yang lebih baik terhadap IFA dan usia ibu yang lebih tua berhubungan positif dengan konsumsi suplemen IFA yang baik.
4.	Nama Penulis: - Nirma Yunita - Salasiah Supiyati - Eka Isdiana Tahun: 2018 Judul Penelitian: Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepatuhan Ibu Hamil Mengonsumsi Tablet Zat Besi (Fe) di Wilayah Kerja Puskesmas Tirtajaya Kecamatan Bajuin Tahun 2018 Negara: Indonesia	Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet zat besi (Fe) di wilayah kerja Puskesmas Tirtajaya Kecamatan Bajuin Tahun 2018	- Metode penelitian ini adalah penelitian analitik dengan <i>cross-sectional</i> - Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik <i>simple random sampling</i> - Teknik pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan data identitas ibu hamil yang dikumpulkan melalui wawancara dengan alat bantu daftar isian, data <i>medical record</i> ibu hamil dan buku kesehatan ibu dan anak (KIA) yang dimiliki ibu hamil, serta data jumlah tablet zat besi yang diberikan kepada ibu hamil selama satu bulan diperoleh dengan alat bantu kuesioner.	Sampel dalam penelitian ini sebanyak 73 ibu hamil yang melakukan pemeriksaan di wilayah kerja puskesmas Tirtajaya.	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil yang memiliki pengetahuan kurang sebanyak 27 orang (84,4%), yang memiliki motivasi kurang sebanyak 34 orang (91,9%), yang memiliki dukungan keluarga kurang sebanyak 29 orang (82,9%), yang melakukan kunjungan <i>Antenatal Care</i> kurang, sebanyak 33 orang (80,5%), yang mengalami efek samping zat besi (Fe) banyak, sebanyak 33 orang (80,58%) tidak mengonsumsi tablet zat besi (Fe). Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh antara pengetahuan, motivasi, dukungan keluarga, kunjungan <i>Antenatal Care</i> dan efek samping tablet zat besi terhadap kepatuhan ibu hamil mengonsumsi tablet zat besi (Fe)
5.	Nama Penulis: - Fenty Agustini - Chanty Yunie	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pola konsumsi tablet Fe	- Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan metode deskriptif	Sampel dalam penelitian ini berjumlah 33 orang ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas	Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar ibu hamil mengalami anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Cisayong

	Tahun: 2017 Judul Penelitian: Pola Konsumsi Tablet Fe pada Ibu Hamil yang Mengalami Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Cisayong Kabupaten Tasikmalaya Negara: Indonesia	pada ibu hamil yang mengalami anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Cisayong Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2017	- Metode pengambilan sampel menggunakan purposive sampling	Cisayong Kabupaten Tasikmalaya	Kabupaten Tasikmalaya pada kategori anemia sedang sebanyak 18 orang (54,5%) dan kategori tidak teratur mengkonsumsi zat besi sebanyak 26 orang (78,8%). Selain itu, sebagian besar ibu hamil yang mengalami anemia mengonsumsi tablet Fe dengan air putih sebanyak 24 orang (72,7%) dan sebagian kecil yaitu 9 orang (27,3%) diantaranya mengkonsumsi tablet Fe dengan teh.
--	---	--	---	---------------------------------------	--

Sumber: (Ali et al., 2021), (S. P. A. Lubis et al., 2021), (Mabuza et al., 2021), (Yunita et al., 2018), (Agustini & Yunie, 2018)