

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Landasan Teori

1. Peran Tenaga kesehatan

a. Pengertian

Peran adalah perilaku individu yang diharapkan sesuai dengan posisi yang dimiliki. Peran yaitu suatu pola tingkah laku, kepercayaan, nilai, dan sikap yang diharapkan dapat menggambarkan perilaku yang seharusnya diperlihatkan oleh individu pemegang peran tersebut dalam situasi yang umumnya terjadi (Sarwono, 2012). Peran merupakan suatu kegiatan yang bermanfaat untuk mempelajari interaksi antara individu sebagai pelaku (*actors*) yang menjalankan berbagai macam peranan di dalam hidupnya, seperti dokter, perawat, bidan atau petugas kesehatan lain yang mempunyai kewajiban untuk menjalankan tugas atau kegiatan yang sesuai dengan peranannya masing-masing (Muzaham, 2007)

Tenaga kesehatan berdasarkan Undang-undang Republik Indonesia Tentang Kesehatan No 36 tahun 2014 merupakan setiap orang yang mengabdikan diri dalam bidang kesehatan serta memiliki pengetahuan dan keterampilan melalui pendidikan di bidang kesehatan untuk jenis tertentu yang memerlukan kewenangan dalam melakukan upaya kesehatan. Tenaga kesehatan juga memiliki peranan penting untuk meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan yang maksimal kepada masyarakat agar masyarakat mampu meningkatkan kesadaran, kemauan,

dan kemampuan hidup sehat sehingga mampu mewujudkan derajat kesehatan yang setinggi-tingginya sebagai investasi bagi pembangunan sumber daya manusia yang produktif secara sosial dan ekonomi. Tenaga kesehatan memiliki beberapa petugas yang dalam kerjanya saling berkaitan yaitu dokter, dokter gigi, perawat, bidan, dan ketenagaan medis lainnya (Peraturan Pemerintah No 32 Tahun 1996).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati (2008) perilaku tenaga kesehatan mempengaruhi kepatuhan ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet Fe. Kepatuhan ibu hamil dapat lebih ditingkatkan lagi apabila petugas kesehatan mampu memberikan penyuluhan, khususnya mengenai manfaat tablet besi dan kesehatan ibu selama kehamilan. Penelitian lainnya dilakukan oleh Susanti (2002), dengan hasil terdapat hubungan bermakna antara faktor pelayanan petugas kesehatan (seperti pemeriksaan kasus anemia, konseling dan pemberian tablet Fe) dengan kepatuhan konsumsi tablet Fe. Selain memberikan penyuluhan tenaga kesehatan juga memiliki berbagai macam peranan penting lainnya di dalam proses meningkatkan derajat kesehatan.

b. Macam-macam peran tenaga kesehatan

Menurut Potter dan Perry (2007) macam-macam peran tenaga kesehatan dibagi menjadi beberapa, yaitu :

1) Sebagai komunikator

Komunikator adalah orang yang memberikan informasi kepada orang yang menerimanya. Menurut Mundakir (2006) komunikator

merupakan orang ataupun kelompok yang menyampaikan pesan atau stimulus kepada orang atau pihak lain dan diharapkan pihak lain yang menerima pesan (komunikasikan) tersebut memberikan respons terhadap pesan yang diberikan. Proses dari interaksi antara komunikator ke komunikasikan disebut juga dengan komunikasi. Selama proses komunikasi, tenaga kesehatan secara fisik dan psikologis harus hadir secara utuh, karena tidak cukup hanya dengan mengetahui teknik komunikasi dan isi komunikasi saja tetapi juga sangat penting untuk mengetahui sikap, perhatian, dan penampilan dalam berkomunikasi.

Sebagai seorang komunikator, tenaga kesehatan seharusnya memberikan informasi secara jelas kepada pasien. Pemberian informasi sangat diperlukan karena komunikasi bermanfaat untuk memperbaiki kurangnya pengetahuan dan sikap masyarakat yang salah terhadap kesehatan dan penyakit. Komunikasi dikatakan efektif jika dari tenaga kesehatan mampu memberikan informasi secara jelas kepada pasien, sehingga dalam penanganan anemia selama kehamilan diharapkan tenaga kesehatan bersikap ramah dan sopan pada setiap kunjungan ibu hamil (Notoatmodjo, 2007). Tenaga kesehatan juga harus mengevaluasi pemahaman ibu tentang informasi yang diberikan, dan juga memberikan pesan kepada ibu hamil apabila terjadi efek samping yang tidak bisa ditanggulangi sendiri segera datang kembali dan komunikasi ke tenaga kesehatan (Mandriwati, 2008).

2) Sebagai motivator

Motivator adalah orang yang memberikan motivasi kepada orang lain. Sementara motivasi diartikan sebagai dorongan untuk bertindak agar mencapai suatu tujuan tertentu dan hasil dari dorongan tersebut diwujudkan dalam bentuk perilaku yang dilakukan (Notoatmodjo, 2007). Menurut Syaifudin (2006) motivasi adalah kemampuan seseorang untuk melakukan sesuatu, sedangkan motif adalah kebutuhan, keinginan, dan dorongan untuk melakukan sesuatu.

Peran tenaga kesehatan sebagai motivator tidak kalah penting dari peran lainnya. Seorang tenaga kesehatan harus mampu memberikan motivasi, arahan, dan bimbingan dalam meningkatkan kesadaran pihak yang dimotivasi agar tumbuh ke arah pencapaian tujuan yang diinginkan (Mubarak, 2012). Tenaga kesehatan dalam melakukan tugasnya sebagai motivator memiliki ciri-ciri yang perlu diketahui, yaitu melakukan pendampingan, menyadarkan, dan mendorong kelompok untuk mengenali masalah yang dihadapi, dan dapat mengembangkan potensinya untuk memecahkan masalah tersebut (Novita, 2011).

Tenaga kesehatan sudah seharusnya memberikan dorongan kepada ibu hamil untuk patuh dalam mengkonsumsi tablet besi dan menanyakan apakah ibu hamil sudah mengkonsumsi tablet besi sesuai dengan aturan yang diberikan. Tenaga kesehatan juga harus mendengarkan keluhan yang disampaikan ibu hamil dengan penuh

minat, dan yang perlu diingat adalah semua ibu hamil memerlukan dukungan moril selama kehamilannya sehingga dorongan juga sangat diperlukan dalam rangka meningkatkan tumbuhnya motivasi (Notoatmodjo, 2007).

3) Sebagai fasilitator

Fasilitator adalah orang atau badan yang memberikan kemudahan dalam menyediakan fasilitas bagi orang lain yang membutuhkan. Tenaga kesehatan dilengkapi dengan buku pedoman pemberian tablet zat besi dengan tujuan agar mampu melaksanakan pemberian tablet zat besi tepat pada sasaran sebagai upaya dalam menurunkan angka prevalensi anemia (Santoso, 2004). Tenaga kesehatan juga harus membantu klien untuk mencapai derajat kesehatan yang optimal agar sesuai dengan tujuan yang diharapkan.

Peran sebagai seorang fasilitator dalam pemberian tablet Fe kepada ibu hamil juga harus dimiliki oleh setiap tenaga kesehatan pada setiap kunjungan ke pusat kesehatan. Fasilitator harus terampil mengintegritaskan tiga hal penting yakni optimalisasi fasilitasi, waktu yang disediakan, dan optimalisasi partisipasi, sehingga pada saat menjelang batas waktu yang sudah ditetapkan ibu hamil harus diberi kesempatan agar siap melanjutkan program konsumsi tablet Fe secara mandiri (Novita, 2011).

Tenaga kesehatan harus mampu menjadi seorang pendamping dalam suatu forum dan memberikan kesempatan pada pasien untuk

bertanya mengenai penjelasan yang kurang dimengerti. Menjadi seorang fasilitator tidak hanya di waktu pertemuan atau proses penyuluhan saja, tetapi seorang tenaga kesehatan juga harus mampu menjadi seorang fasilitator secara khusus, seperti menyediakan waktu dan tempat ketika pasien ingin bertanya secara lebih mendalam dan tertutup (Sardiman, 2007)

4) Sebagai konselor

Konselor adalah orang yang memberikan bantuan kepada orang lain dalam membuat keputusan atau memecahkan suatu masalah melalui pemahaman terhadap fakta-fakta, harapan, kebutuhan dan perasaan-perasaan klien (Depkes RI, 2006). Proses dari pemberian bantuan tersebut disebut juga konseling. Tujuan umum dari pelaksanaan konseling adalah membantu ibu hamil agar mencapai perkembangan yang optimal dalam menentukan batas-batas potensi yang dimiliki, sedangkan secara khusus konseling bertujuan untuk mengarahkan perilaku yang tidak sehat menjadi perilaku sehat, membimbing ibu hamil belajar membuat keputusan dan membimbing ibu hamil mencegah timbulnya masalah selama proses kehamilan (Mandriwati, 2008).

Seorang konselor yang baik harus memiliki sifat peduli dan mau mengajarkan melalui pengalaman, mampu menerima orang lain, mau mendengarkan dengan sabar, optimis, terbuka terhadap pandangan interaksi yang berbeda, tidak menghakimi, dapat menyimpan rahasia,

mendorong pengambilan keputusan, memberi dukungan, membentuk dukungan atas dasar kepercayaan, mampu berkomunikasi, mengerti perasaan dan kekhawatiran klien, serta mengerti keterbatasan yang dimiliki oleh klien (Simatupang, 2008).

Konseling yang dilakukan antara tenaga kesehatan dan ibu hamil memiliki beberapa unsur. Menurut Depkes RI (2008) proses dari konseling terdiri dari empat unsur kegiatan yaitu pembinaan hubungan baik antara tenaga kesehatan dengan ibu hamil, penggalian informasi (identifikasi masalah, kebutuhan, perasaan, kekuatan diri, dan sebagainya) dan pemberian informasi mengenai tablet Fe sesuai kebutuhan, pengambilan keputusan mengenai konsumsi tablet Fe, pemecahan masalah yang mungkin nantinya akan dialami, serta perencanaan dalam menindak lanjuti pertemuan yang telah dilakukan sebelumnya.

2. Kehamilan

a. Pengertian kehamilan

Kehamilan merupakan hasil dari pertemuan sperma dan sel telur yang di dalam prosesnya membutuhkan waktu (Maulana, 2008). Menurut Manuaba (2012) kehamilan merupakan suatu kejadian yang berkesinambungan yang diawali dengan ovulasi (pematangan sel) lalu pertemuan antara ovum (sel telur) dengan spermatozoa (sperma) hingga terjadilah pembuahan dan pertumbuhan zigot yang kemudian ditanam di dalam uterus dan dilanjutkan dengan pembentukan plasenta kemudian

pada tahap akhir berupa tumbuh kembang dari hasil konsepsi hingga persalinan dilakukan.

Lamanya kehamilan normal menurut Sulistyawati (2013) yaitu 280 hari atau 40 minggu atau 10 bulan dihitung dari hari pertama haid terakhir, sedangkan kehamilan itu sendiri dibagi menjadi tiga triwulan (trimester), yaitu:

Tabel I. Lama kehamilan seorang wanita

Kehamilan	Lama Kehamilan
Triwulan pertama	0–12 minggu
Triwulan kedua	13–28 minggu
Triwulan ketiga	29–40 minggu

Sumber : Sulistyawati 2013

b. Tanda dan gejala kehamilan

Kehamilan dapat diketahui dari berbagai tanda dan gejala yang dirasakan oleh seorang wanita. Tanda dan gejala selama kehamilan merupakan sekumpulan perubahan/kejadian yang timbul pada wanita hamil akibat dari perubahan fisiologis dan psikologis pada masa kehamilan (Widiyastuti, 2009). Terdapat tiga tanda-tanda kehamilan yang dirasakan oleh seorang wanita, yaitu tanda tidak pasti berupa perubahan-perubahan fisiologis yang dapat dikenali dari keluhan atau apa yang dirasakan, tanda kemungkinan berupa perubahan-perubahan fisiologis yang hanya dapat diketahui oleh pemeriksaan fisik pada wanita hamil, dan tanda pasti hamil berupa tanda yang menunjukkan secara langsung keberadaan janin yang dapat dilihat langsung oleh tenaga medis

ataupun alat media (Hani&Ummi, 2011). Gejala yang pada umumnya terjadi dan dialami oleh ibu hamil diantaranya adalah lesu, sering buang air kecil, nyeri di dada dan payudara, perubahan emosi, mual dan muntah pada beberapa minggu pertama kehamilan, akan tetapi tidak semua ibu hamil mengalami gejala tersebut (Winkjosastro, 2009).

Selama kehamilan akan terjadi perubahan bentuk organ-organ tubuh yang sangat penting bagi wanita, untuk mengetahuinya dengan melakukan deteksi kehamilan sedini mungkin. Waktu yang tepat memeriksakan kehamilan ke bidan atau dokter untuk memastikan kehamilan adalah 14 hari setelah terlambat menstruasi atau antara 12 sampai 21 hari (Sholihah, 2007). Tidak hanya sekedar mengenali tanda dan gejala kehamilan serta memeriksakan kehamilan, tetapi ibu hamil juga perlu mengetahui tentang resiko-resiko selama kehamilan.

c. Resiko Kehamilan

Resiko kehamilan merupakan keadaan dimana terjadinya penyimpangan/perubahan tidak normal yang secara langsung dapat menyebabkan kesakitan pada ibu hamil dan kematian pada ibu maupun bayi (Winkjosastro, 2009). Ibu hamil yang beresiko adalah ibu hamil yang memiliki faktor-faktor resiko tinggi dalam kehamilannya (Depkes RI, 2006). Menurut Muslihatun (2010) berdasarkan karakteristiknya resiko ibu hamil dibagi menjadi tiga golongan, yaitu:

- 1) Ibu hamil resiko rendah yaitu ibu hamil dengan kondisi kesehatan yang baik dan tidak memiliki faktor resiko apapun pada dirinya

maupun janin yang di kandungnya, contohnya persalinan spontan dengan kehamilan prematur.

- 2) Ibu hamil resiko sedang yaitu ibu hamil yang memiliki satu ataupun lebih dari faktor resiko tingkat sedang, yang nantinya akan mempengaruhi kondisi ibu dan janin, serta mungkin akan menimbulkan kesulitan-kesulitan selama proses persalinan, contohnya kehamilan yang masuk dalam kategori 4 terlalu.
- 3) Ibu hamil resiko tinggi yaitu ibu hamil yang memiliki satu ataupun lebih dari faktor resiko tingkat tinggi, yang nantinya faktor ini akan menimbulkan komplikasi dan mengancam keselamatan ibu dan janin selama masa kehamilan maupun persalinan, contohnya penyakit pada ibu hamil seperti anemia.

d. Karakteristik ibu hamil

Selama masa kehamilan karakteristik dari ibu hamil juga ikut memberi pengaruh terhadap keselamatan janin yang dikandungnya. Karakteristik ibu hamil dibagi menjadi empat, yaitu:

1) Tingkat Pendidikan

Tingkat pendidikan yang lebih tinggi akan memudahkan seseorang atau masyarakat untuk menyerap informasi dan mengimplementasikannya dalam perilaku dan gaya hidup sehari-hari khususnya dalam hal kesehatan, sehingga tingkat pendidikan formal dapat membentuk nilai bagi seseorang terutama dalam menerima hal baru (Muzaham, 2007). Semakin baik tingkat pendidikan seseorang

maka akan semakin baik pola pikir yang terbentuk, sehingga pola pikir yang baik tersebut akan membuat seseorang semakin terbuka terhadap hal-hal baru dan mampu menerima informasi dengan baik (Purwanto, 2011).

Pendidikan akan mempengaruhi terbentuknya pengetahuan, sikap maupun perilaku seseorang menjadi lebih baik. Semakin tinggi tingkat pendidikan ibu hamil maka semakin baik pula tingkat kesadaran mengenai pentingnya kesehatan sehingga perilaku kesehatan juga akan semakin membaik. Latar belakang pendidikan ibu hamil juga sangat mempengaruhi kepatuhan ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet Fe (Depkes RI, 2006)

2) Usia

Usia adalah lama ukuran waktu untuk hidup atau adanya seseorang, terhitung sejak manusia dilahirkan (Hoetomo, 2005). Semakin dewasa usia seseorang maka tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih baik dalam berfikir maupun bekerja, hal ini dikarenakan dari pengalaman jiwa yang dialami akan mempengaruhi perilaku seseorang (Notoadmojo, 2010). Usia juga mempengaruhi resiko kehamilan pada seorang wanita.

Rentang usia yang memiliki resiko tinggi dalam kehamilan adalah kurang dari 20 tahun atau lebih dari 35 tahun, pada usia kurang dari 20 tahun kebutuhan zat besi meningkat karna selama hamil akan lebih banyak membutuhkan zat gizi terutama zat gizi besi sehingga

kemungkinan untuk menderita anemia pada kehamilan akan cukup tinggi, demikian pula pada usia lebih dari 35 tahun kondisi fisik sudah menurun dan daya tahan tubuh juga tidak lagi optimal serta rentan terhadap komplikasi penyakit sehingga akan lebih beresiko untuk hamil (Henderson, 2006). Usia yang aman untuk kehamilan dikenal juga dengan istilah reproduksi sehat yaitu antara 20 hingga 30 tahun, dikatakan aman karna kematian maternal pada wanita hamil dan melahirkan pada rentang usia tersebut ternyata 2 sampai 5 kali lebih rendah daripada kematian maternal yang terjadi di rentang usia kurang dari 20 atau pun lebih dari 30 (Sarwono, 2012).

Usia yang sudah matang akan mempengaruhi pola pikir seorang ibu sehingga ibu akan patuh dalam mengkonsumsi tablet Fe. Ibu hamil yang berusia 20 hingga 35 tahun telah masuk dalam rentang usia dewasa awal, dimana ibu mulai mengalami proses kematangan emosional dan mampu menerima informasi dengan baik serta mengambil keputusan yang tepat mengenai perilaku kesehatan seperti pencegahan dan penanganan anemia, sehingga ibu hamil akan semakin sadar untuk melakukan pencegahan dengan selalu memenuhi kebutuhan gizi khususnya dengan mengkonsumsi tablet Fe selama kehamilan (Prawihardjo, 2011).

3) Pekerjaan

Pekerjaan adalah aktivitas atau kegiatan yang dikerjakan seseorang untuk mendapatkan nafkah, hasil atau pencaharian. Orang

yang sibuk dengan kegiatan atau pekerjaan sehari-hari akan memiliki waktu yang lebih untuk memperoleh informasi karena orang yang bekerja akan lebih banyak berinteraksi dengan orang lain dari pada orang yang tidak bekerja dan beraktivitas (Depkes RI, 2006). Menurut Nursalam (2013) pekerjaan bukanlah sumber kesenangan, tetapi pekerjaan merupakan cara seseorang untuk mencari nafkah bagi keluarganya yang dilakukan secara berulang dan penuh dengan tantangan. Ibu bekerja untuk mencari nafkah bagi kepentingan dirinya sendiri maupun keluarganya, faktor bekerja saja tidak terlalu memberi peran terhadap timbulnya suatu masalah pada ibu hamil akan tetapi kondisi kerja yang menonjol serta aktivitas yang berlebihan dan kurangnya istirahat saat bekerja berpengaruh besar terhadap kehamilan dan kesehatan janin yang dikandungnya (Depkes RI, 2008).

4) Paritas

Paritas adalah banyaknya kelahiran hidup yang dimiliki oleh seorang wanita (BKKBN, 2008). Menurut Manuaba (2008) paritas merupakan peristiwa dimana seorang wanita pernah melahirkan bayi dengan lama masa kehamilan antara 38 hingga 42 minggu. Paritas menurut Prawihardjo (2009) dibedakan menjadi tiga, yaitu :

- a) Primipara yaitu wanita yang telah melahirkan seorang bayi dengan cukup umur dan hidup sehat (Varney, 2007).

- b) Multipara/multigravida yaitu wanita yang telah melahirkan seorang bayi hidup lebih dari satu kali (Manuaba, 2008).
- c) Grandemultipara yaitu wanita yang pernah melahirkan sebanyak lima kali atau lebih dan biasanya mengalami kesulitan dalam kehamilan dan persalinannya (Manuaba, 2008).

Kehamilan yang berulang dengan rentang waktu yang singkat akan menyebabkan cadangan besi di dalam tubuh ibu belum pulih dengan sempurna dan kemudian kembali terkuras untuk keperluan janin yang dikandung berikutnya, sehingga akan membuat ibu mengalami anemia (Depkes RI, 2008). Jarak kehamilan juga merupakan hal penting untuk diperhatikan, kejadian anemia pada ibu hamil selain banyak disebabkan karena asupan gizi yang kurang juga terdapat faktor penyebab lain yaitu jarak kehamilan yang terlalu dekat. Jarak kehamilan yang optimal adalah lebih dari 36 bulan kehamilan sebelumnya, sedangkan jarak kehamilan yang dekat adalah kurang dari 2 tahun (Varney, 2007). Jarak kehamilan yang terlalu dekat dapat mengurangi manfaat yang diperoleh dari kehamilan sebelumnya, seperti uterus yang sudah membesar dan meningkatnya aliran darah ke uterus, sedangkan jika jaraknya terlalu pendek akan membuat ibu tidak memiliki waktu untuk pemulihan, kerusakan sistem reproduksi atau masalah postpartum lainnya, sehingga pada ibu hamil dengan jarak yang terlalu dekat dapat beresiko terjadi anemia (Prawihardjo, 2009).

3. Zat Besi (Fe)

a. Pengertian zat besi

Zat besi adalah mineral yang dibutuhkan oleh tubuh dan memiliki hubungan erat dengan ketersediaan darah di dalam tubuh manusia. Zat besi merupakan mineral utama dan terpenting dalam pemberian pengaruh agar semua organ vital berfungsi dengan baik, dimana penggunaan utamanya adalah pada proses pembangunan hemoglobin, dan substansi-substansi didalam sel darah merah yang membawa oksigen ke seluruh tubuh (Depkes RI, 2008). Zat besi dikenal juga dengan ferrum atau Fe yang merupakan mikroelement esensial bagi tubuh. Zat besi di dalam tubuh manusia terdiri dari dua bagian, yaitu reserve (simpanan) dan fungsional yang sebagian besar dalam bentuk hemoglobin, sebagian kecil dalam bentuk myoglobin, dan sebagian sangat kecil dalam bentuk hem enzim dan nun enzim (Waryana, 2010).

Zat besi memiliki banyak manfaat bagi tubuh manusia terutama bagi ibu hamil. Zat besi sangat penting selama masa kehamilan, karena zat besi bisa mencegah anemia pada ibu hamil dan mengurangi resiko bayi lahir dengan berat badan rendah. Zat besi yang masuk ke dalam tubuh bersama dengan cadangan makanan yang ada pada tubuh wanita hamil sangat berguna untuk aktivitas dan metabolisme ibu dalam proses pembentukan Air Susu Ibu (ASI) dan menentukan kualitas ASI yang dihasilkan (Waryana, 2010). Manfaat zat besi pada ibu hamil terbagi menjadi tiga, yaitu sebagai metabolisme energi, sistem kekebalan tubuh,

dan pelarut obat-obatan (Almatsier, 2009). Beberapa manfaat dan fungsi lainnya dari zat besi untuk tubuh adalah sebagai alat angkut oksigen dari paru-paru ke jaringan tubuh, sebagai alat angkut elektron di dalam sel, dan sebagai bagian terpadu berbagai enzim di dalam jaringan tubuh manusia (Proverawati, 2009)

b. Kebutuhan zat besi bagi ibu hamil

Wanita hamil memiliki kebutuhan zat besi yang lebih besar untuk janinnya dibandingkan dengan wanita lainnya. Manuaba (2012) mengungkapkan bahwa wanita memerlukan zat besi lebih tinggi dari pada pria dikarenakan terjadinya menstruasi dengan perdarahan sebanyak 50 sampai 80 cc perhari yang menguras zat besi sebesar 30 mg hingga 40 mg. Wanita hamil juga memerlukan tambahan zat besi untuk meningkatkan jumlah sel darah merah janin dan plasenta, sehingga apabila semakin sering seorang wanita mengalami kehamilan dan melahirkan maka akan semakin banyak kehilangan zat besi dan akan menjadi semakin anemis. Ibu hamil setiap harinya membutuhkan tambahan 700 hingga 900 mg zat besi yang apabila terjadi kekurangan maka akan berakibat buruk, seperti dapat mengganggu proses persalinan, terjadi perdarahan sehabis melahirkan dan juga infeksi (Maulana, 2009). Sebagai gambaran berapa banyak kebutuhan zat besi pada setiap kehamilan perhatikan tabel berikut:

Tabel II. Kebutuhan zat besi selama kehamilan

Kebutuhan zat besi (mg)	
Ibu hamil	500
Plasenta	300
Janin	100
Total	900

Sumber : Manuaba 2012

Perhitungan makan tiga kali dalam setiap harinya dengan porsi 1000 hingga 2500 kalori akan menghasilkan sekitar 10 sampai 15 mg zat besi perhari namun hanya 1-2 mg saja yang dapat diabsorpsi, jika ibu hamil mengkonsumsi 60 mg zat besi setiap hari diharapkan 6 mg zat besi dapat diabsorpsi oleh tubuh, dan apabila terus dikonsumsi selama 90 hari maka total zat besi yang bisa diabsorpsi adalah sebesar 720 mg dari konsumsi harian ibu sehingga masih kurang dari yang dibutuhkan (Depkes, 2008). Ibu hamil yang memiliki sedikit persediaan cadangan zat besi di dalam tubuh pada setiap kehamilannya akan menguras habis persediaan zat besi tersebut dan akhirnya menimbulkan anemia pada kehamilan berikutnya (Manuaba, 2012).

Kehamilan yang relatif beresiko terjadi anemia disebabkan darah di dalam tubuh ibu hamil mengalami hemodilusi (pengenceran) dengan peningkatan volume 30% sampai 40% yang puncaknya terjadi pada kehamilan 32 sampai 34 minggu. Jumlah peningkatan sel darah merah terjadi sekitar 18% sampai 30% dan hemoglobin sekitar 19%, apabila hemoglobin ibu sebelum hamil sekitar 11% maka dengan terjadinya hemodilusi akan mengakibatkan anemia hamil fisiologis dan Hb ibu akan turun menjadi 9,5% sampai 10%, sehingga tablet zat besi yang

dibutuhkan oleh ibu hamil adalah sebanyak 900 mg (Maulana, 2009). Berikut ini adalah tabel perhitungan kebutuhan zat besi ibu hamil sesuai dengan usia kehamilannya:

Tabel III. Kebutuhan zat besi menurut usia kehamilan

Usia Kehamilan	Kebutuhan Zat Besi
Trimester I (0-12 minggu)	± 1 mg perhari, yaitu kebutuhan basal 0,8 mg perhari ditambah dengan kebutuhan janin Red cell Mass=30-40 mg
Trimester II (13-24 minggu)	± 3 mg perhari, yaitu kebutuhan basal 0,8 mg perhari ditambah dengan kebutuhan janin Red cell Mass=300 mg dan conceptus=115 mg
Trimester III (25-40 minggu)	± 5 mg perhari, yaitu kebutuhan basal 0,8 mg perhari ditambah dengan kebutuhan janin Red cell Mass=150 mg dan conceptus = 223 mg

Sumber : Waryana 2010

c. Sumber zat besi

Zat besi tidak hanya berasal dari tablet Fe saja, banyak bahan makanan lainnya yang bisa dijadikan sebagai sumber zat besi yang baik bagi tubuh. Sumber zat besi adalah makanan yang berasal dari hewani, seperti daging, ayam dan ikan (Depkes RI, 2008). Sumber zat besi lainnya adalah telur, kacang-kacangan, sayuran hijau dan beberapa jenis buah. Pemilihan sumber zat besi juga harus memberikan perhatian khusus pada kualitas zat besi yang ada di dalam makanan yang dipilih karna tidak semua bahan makanan memiliki ketersediaan biologi yang cukup. Ketersediaan biologi (*bioavailability*) yang tinggi umumnya terdapat di dalam daging, ayam, dan ikan, sementara besi di dalam

kacang-kacangan mempunyai ketersediaan biologik sedang, dan besi dalam sebagian besar sayuran yang mengandung asam oksalat tinggi seperti bayam mempunyai ketersediaan biologik yang rendah (Waryana, 2010). Kombinasi dari makanan sehari-hari sangat penting untuk diperhatikan, terutama yang terdiri dari campuran sumber besi hewani dan tumbuh-tumbuhan serta sumber gizi lain yang tentunya dapat membantu absorpsi di dalam tubuh menjadi lebih baik lagi (Almatsier, 2009).

d. Faktor-faktor yang mempengaruhi absorpsi zat besi

Zat besi yang dikonsumsi setiap harinya tidak langsung di absorpsi oleh tubuh karena ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi absorpsi zat besi tersebut. Menurut Waryana (2010) ada dua faktor-faktor yang mempengaruhi absorpsi zat besi di dalam tubuh, yaitu:

1) Bentuk zat besi

Zat besi yang terdapat dalam daging hewan dapat diserap dua kali lipat daripada zat besi yang berasal dari makanan nabati.

2) Asam Organik

Vitamin C dan asam sitrat sangat membantu penyerapan besi di dalam tubuh dengan merubah bentuk feri menjadi fero, penyerapan tersebut di pengaruhi oleh asam fiat, asam oksalat dan tanin. Ketiga jenis zat tersebut dapat mengikat Fe sehingga menghambat penyerapannya, namun hambatan ini dapat dikurangi dengan mengkonsumsi vitamin C.

3) Tingkat keasaman lambung

Keasaman lambung dapat meningkatkan daya larut zat besi sehingga bisa lebih cepat di serap oleh tubuh.

4) Kebutuhan tubuh

Tubuh yang kekurangan zat besi atau tubuh yang memiliki peningkatan kebutuhan zat besi akan meningkatkan penyerapan zat besi pula untuk memenuhi kebutuhannya.

Tubuh yang tidak bisa mengabsorpsi zat besi dengan baik akan mengalami kekurangan zat besi. Kekurangan besi pada umumnya menyebabkan pucat, rasa lemah, letih, pusing, kurang nafsu makan, menurunnya kebugaran tubuh, menurunnya kekebalan tubuh dan gangguan penyembuhan luka, serta kemampuan untuk mengatur suhu tubuh juga akan ikut menurun (Almatsier, 2009). Kekurangan zat besi juga dapat menimbulkan anemia yaitu keadaan dimana seseorang baik pria maupun wanita yang kadar hemoglobin dalam darahnya kurang dari 12 g/100 ml (Winkjosastro, 2009).

e. Pencegahan kekurangan zat besi

Mengatasi kekurangan zat besi pada wanita hamil salah satunya dengan mengkonsumsi makanan padat gizi dan tambahan obat yang mengandung zat besi. Mengkonsumsi zat besi selama enam minggu secara berturut akan meningkatkan kadar hemoglobin secara signifikan, selain itu mengatur jarak kelahiran juga sangat penting agar pada kelahiran selanjutnya tidak mengalami anemia akibat kekurangan zat

besi (Almatsier, 2009). Menurut Depkes RI (2008) ada empat pendekatan utama untuk melakukan pencegahan dan pengendalian anemia karena kekurangan zat besi yaitu: penyediaan suplemen zat besi, penambahan bahan pangan yang bisa dikonsumsi dengan zat besi, edukasi gizi dan pendekatan berbasis budi daya tumbuhan untuk memperbaiki ketersediaan zat besi nabati.

Selain melalui pendekatan menurut Tarwoto&Watonah (2010) ada beberapa upaya lain yang dapat dilakukan untuk mencegah terjadinya kekurangan zat besi, yaitu:

- 1) Makan makanan yang mengandung zat besi dari bahan hewani (daging, ikan, ayam, hati, dan telur) dan dari bahan nabati (sayuran yang berwarna hijau tua, kacang-kacangan, dan tempe).
- 2) Usahakan untuk banyak mengonsumsi makanan sumber vitamin C yang bermanfaat untuk meningkatkan penyerapan zat besi seperti jambu, jeruk, tomat, dan nanas.
- 3) Konsumsi 1 tablet penambah darah setiap hari, khususnya saat mengalami haid.
- 4) Apabila merasakan adanya tanda dan gejala anemia, segera konsultasikan ke dokter untuk dicari tau penyebabnya dan diberikan pengobatan.

f. Efek samping pemberian tablet zat besi

Pemberian tablet zat besi memang memberikan manfaat yang sangat baik bagi tubuh, tetapi selain memberikan manfaat mengonsumsi tablet

zat besi juga memiliki efek samping. Menurut Almatsier (2009) pemberian zat besi secara oral dapat menimbulkan efek samping pada saluran gastrointestinal yaitu berupa rasa tidak enak di ulu hati, mual muntah dan diare. Frekuensi efek samping ini tergantung dari dosis zat besi yang diberikan, dan tidak berpengaruh pada senyawa zat besi yang digunakan atau dikonsumsi.

Pemberian suplementasi zat besi pada sebagian wanita hamil dapat menyebabkan sembelit, tetapi dapat diredakan dengan cara memperbanyak minum air mineral, serta menambah konsumsi makanan yang kaya akan serat seperti roti, dan sereal. Efek samping lain yang biasanya dirasakan oleh ibu hamil selama mengkonsumsi tablet zat besi adalah mual, meskipun terkadang mual pada masa kehamilan merupakan proses fisiologi yang sering terjadi sebagai dampak dari adaptasi hormonal (Arisman, 2010).

4. Kepatuhan

a. Pengertian Kepatuhan

Kepatuhan merupakan perilaku seseorang yang sesuai dengan aturan yang telah ditetapkan. Kepatuhan dalam kesehatan adalah perilaku seorang pasien yang berfokus pada intruksi atau petunjuk yang diberikan seperti terapi yang sudah ditentukan, diet, latihan, pengobatan atau menepati janji pertemuan dengan dokter (Rachmawati 2012). Kepatuhan juga dapat didefinisikan sebagai perilaku positif seorang pasien dalam mencapai tujuan terapi kesehatan (Degresi, 2005). Kepatuhan ibu hamil

dalam mengikuti instruksi dan petunjuk yang diberikan oleh tenaga kesehatan mempengaruhi kesehatan dan keselamatan janin yang dikandungnya (Wipayani, 2008)

Kepatuhan ibu hamil tidak hanya sekedar mengikuti instruksi saja tetapi juga dalam mengkonsumsi tablet zat besi, yang dapat diukur dari ketepatan jumlah tablet yang dikonsumsi, ketepatan cara mengkonsumsi, dan frekuensi konsumsi perhari yang pemberiannya merupakan salah satu upaya penting dalam mencegah dan menanggulangi anemia khususnya anemia kekurangan zat besi (Rachmawati, 2012). Pemberian tablet zat besi merupakan cara efektif untuk menanggulangi anemia karena kandungan besinya yang dilengkapi dengan asam folat dapat sekaligus mencegah anemia karena kekurangan asam folat. Program nasional menganjurkan kombinasi 60% mg besi dan 50 nanogram asam folat untuk profilaksis (Depkes RI, 2008).

b. Faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan

Kepatuhan seseorang dalam berperilaku dipengaruhi oleh berbagai faktor, dan menurut Wipayani (2008) kepatuhan ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet zat besi dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu:

1) Pengetahuan

Pengetahuan menurut Notoatmodjo (2007) adalah hasil dari “tahu” yang terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek yang menjadi tujuannya. Pengukuran tingkat pengetahuan seseorang dapat dilakukan dengan wawancara atau

pengisian angket yang berisi materi yang ingin diukur sehingga hasilnya dapat disesuaikan dengan tingkatan-tingkatannya (Arikunto, 2006). Tingkat pengetahuan seseorang mengenai tablet zat besi berpengaruh terhadap perilaku seseorang dalam memilih makanan yang mengandung zat besi, hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan sangat penting peranannya dalam menentukan kepatuhan ibu hamil untuk mengkonsumsi tablet zat besi sehingga dengan pengetahuan yang baik ibu akan mengerti bagaimana cara mengkonsumsi dan menyimpan tablet zat besi dengan baik dan benar (Ramamawati, 2008). Pengetahuan ibu hamil mengenai manfaat tablet zat besi dan dampak dari kekurangan zat besi diperoleh dari penyuluhan yang diberikan bidan atau tenaga kesehatan saat ibu hamil melakukan pemeriksaan (Depkes RI, 2008).

2) Dukungan suami

Suami adalah pemimpin dan pelindung yang nyata bagi seorang istri. Kewajiban seorang suami terhadap istrinya ialah mendidik, mengarahkan, memberi nafkah lahir batin, menyantuni dengan baik dan memberi dukungan kepada istri (Suparyanto, 2011). Dukungan yang diberikan oleh suami kepada istri menurut Nasution (2007) dibagi menjadi empat kategori, yaitu:

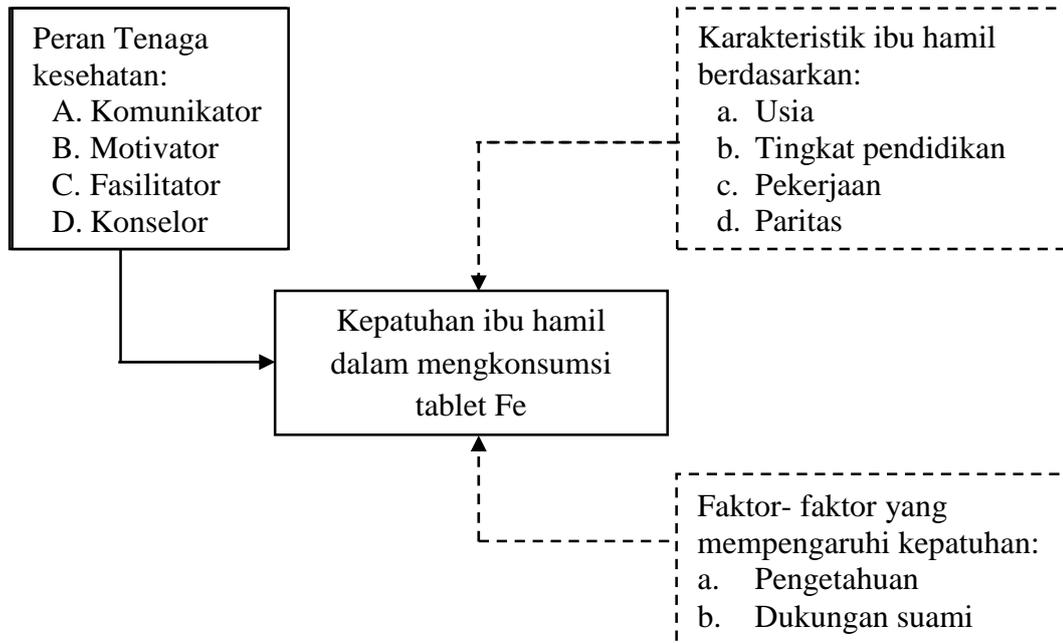
- a) Dukungan emosional yaitu dukungan yang memberikan rasa nyaman dan semangat pada istri.

- b) Dukungan nyata yaitu dukungan yang diberikan secara langsung, baik berupa bantuan finansial ataupun menyediakan transportasi ketika istri membutuhkan.
- c) Dukungan informasi yaitu dukungan yang memberikan info dan masukan untuk mengatasi masalah yang muncul, baik berupa saran, nasihat, pengarahan, ataupun solusi ketika menghadapi masalah.
- d) Dukungan pengharapan yaitu dukungan yang terjadi apabila suami memberikan respon yang positif sehingga istri merasa memiliki seseorang yang bisa diajak bicara mengenai masalahnya, dapat berupa persetujuan ide-ide yang diajukan oleh istri.

Upaya melibatkan suami sangat penting untuk dilakukan, karna ibu hamil merupakan individu yang tidak berdiri sendiri tetapi ia bergabung dan hidup dalam sebuah ikatan perkawinan dimana faktor dukungan suami akan ikut mempengaruhi pola pikir dan perilaku istri termasuk dalam cara istri memperlakukan kehamilannya (Ekowati, 2007).

B. Kerangka Konsep

Berdasarkan tinjauan dan landasan teori di atas maka dapat disusun suatu kerangka konsep sebagai berikut :



Gambar 1. Kerangka Konsep

Keterangan gambar:

- : Yang diteliti
 : Yang tidak diteliti

C. Hipotesis

Hipotesa yang diajukan adalah “Ada hubungan yang signifikan antara peran tenaga kesehatan terhadap kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet Fe”