

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Telaah Pustaka

1. Anemia

a. Pengertian Anemia

Anemia adalah suatu kondisi tubuh dimana kadar hemoglobin atau Hb dalam darah lebih rendah dari normal. Hemoglobin merupakan salah satu komponen dalam sel darah merah/eritrosit yang berfungsi untuk mengikat oksigen dan mengantarkannya ke seluruh sel jaringan tubuh (Citrakesumasari, 2012). Oksigen diperlukan oleh jaringan tubuh untuk melakukan fungsinya dengan baik. Kekurangan oksigen dalam jaringan otak dan otot dapat menyebabkan gejala seperti kurangnya konsentrasi dan kurang bugar dalam menjalankan aktivitas. Hemoglobin dibentuk dari gabungan protein dan zat besi yang kemudian membentuk sel darah merah/eritrosit. Anemia merupakan suatu gejala yang harus dicari penyebabnya dan dilakukan penanggulangan sesuai dengan penyebabnya (Kemenkes, 2016)

Ibu hamil membutuhkan lebih banyak zat besi daripada ibu yang tidak hamil, karena selama masa kehamilan terjadi proses pembentukan jaringan tubuh pada janin, pembentukan organ tubuh janin, dan proses produksi energi supaya ibu hamil dapat beraktivitas normal sehari-hari (Sinsin, 2008).

b. Tanda dan Gejala Anemia

Kekurangan zat besi umumnya menyebabkan pucat, lemah, pusing, kehilangan nafsu makan, kebugaran tubuh menurun, kemampuan kerja menurun, imunitas tubuh menurun dan penyembuhan luka terganggu sehingga membutuhkan waktu yang lebih lama (Sibagariang, 2010).

Tanda-tanda anemia berdasarkan Proverawati dan Asfiah (2011) yaitu sebagai berikut :

- 1) 5L (lesu, lemah, letih, lelah, dan lunglai)
- 2) Sering mengeluh pusing
- 3) Mata berkunang-kunang
- 4) Kelopak mata, bibir, lidah, kulit dan telapak tangan pucat

c. Penyebab Anemia

Anemia terjadi karena berbagai sebab, seperti defisiensi besi, defisiensi asam folat, vitamin B12 dan protein. Secara langsung anemia disebabkan karena produksi atau kualitas sel darah merah yang kurang dan kehilangan darah baik secara akut atau menahun (Kemenkes, 2018).

Faktor penyebab anemia terdiri dari faktor dasar, faktor tidak langsung dan faktor langsung. Faktor dasar adalah sosial ekonomi, pengetahuan dan pendidikan. Faktor tidak langsung adalah kunjungan ANC (*Antenatal Care*) dan umur ibu. Faktor langsung adalah pola konsumsi, pendarahan dan penyakit infeksi (Kristiyanasari, 2010)

Selain faktor tersebut ada 3 penyebab anemia, yaitu :

1) Defisiensi Zat Gizi

Rendahnya asupan zat gizi baik dari hewani maupun nabati yang merupakan pangan sumber zat besi yang memiliki peran penting untuk pembuatan hemoglobin sebagai komponen dari sel darah merah/eritrosit. Zat gizi lain yang berperan penting dalam pembuatan hemoglobin antara lain asam folat dan vitamin B12.

2) Perdarahan (*Loss of blood volume*)

Perdarahan yang disebabkan karena kecacingan dan trauma atau luka yang mengakibatkan kadar hemoglobin menurun. Perdarahan yang disebabkan karena menstruasi yang lama dan berlebihan.

3) Hemolitik

Perdarahan pada penderita malaria kronis perlu diwaspadai karena terjadi hemolitik yang mengakibatkan penumpukan zat besi (*hemosiderosis*) di organ tubuh, seperti hati dan limpa. Pada penderita thalasemia, kelainan darah dapat terjadi secara genetic yang dapat menyebabkan anemia dikarenakan sel darah merah/eritrosit cepat pecah, sehingga mengakibatkan akumulasi zat besi dalam tubuh (Kemenkes, 2018).

d. Bahaya Anemia Pada Kehamilan

Bahaya yang akan terjadi pada anemia selama kehamilan

berdasarkan Proverawati dan Asfuah (2009) yaitu :

1) Hamil muda (trimester I)

Abortus, missed abosrtus dan kelainan congenital

2) Trimester II

Persalinan premature, pendarahan antepartum, gangguan pertumbuhan janin dalam rahim, *asphyxia intrauterine* sampai kematian, berat badan lahir rendah (BBLR), gestosis dan mudah terkena infeksi, IQ rendah dekompensatio kordis-kematian ibu

3) Saat Inpartu

Gangguan his primer dan sekunder, janin lahir dengan anemia, persalinan dengan tindakan tinggi, ibu cepat lelah, gangguan perjalanan persalinan perlu tindakan operatif

4) Pascapartus

Ormon uteri menyebabkan pendarahan, retensio ormon (plasenta adhesive, plasenta akreta, plasenta inkreta, plasenta perkreta), gangguan involusi uteri, tingginya kematian ibu (pendarahan, infeksi peurperalis, gestosis)

e. Pencegahan dan Pengobatan Anemia dalam Kehamilan

1) Makan mengandung banyak zat besi

2) Suplementasi tablet tambah darah

3) Jika disebabkan oleh disentri, cacing tambang, malaria dan penyakit lain maka penyakit-penyakit yang menjadi penyebab tersebut harus segera di tindaklanjuti juga

4) Jika anemia berat dan tidak membaik segera di tindaklanjuti oleh dokter. Tindakan ini sangat penting terutama bagi ibu hamil (Prawirohardjo, 2010).

2. Tablet Tambah Darah (TTD)

a. Pengertian Tablet Tambah Darah

TTD merupakan suplemen yang mengandung zat besi. Zat besi adalah mineral yang dibutuhkan untuk membentuk sel darah merah/hemoglobin (Widiastuti dkk, 2019). Zat besi yaitu mineral mikro yang paling banyak terdapat di dalam tubuh manusia dan hewan, sebanyak 3-5 gram berada di dalam tubuh manusia dewasa. Meskipun banyak ditemukan di dalam makanan, banyak penduduk dunia termasuk Indonesia mengalami kekurangan zat besi. Kekurangan zat besi akan berpengaruh terhadap produktivitas kerja, penampilan kognitif dan sistem kekebalan (Almatsier, 2011).

TTD merupakan tablet besi folat yang setiap tabletnya mengandung 200 mg ferro sulfat atau 60 mg besi elemental dan 0,25 mg asam folat (Susiloningtyas, 2012).

b. Kebutuhan Zat Besi Pada Kehamilan

Selama kehamilan, zat besi dibutuhkan untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan janin, pertumbuhan plasenta, perluasan massa sel darah merah ibu dan untuk mengganti kehilangan darah pada saat melahirkan. Menurut AKG 2013, rata-rata kebutuhan zat besi untuk wanita dewasa adalah 26 mg/hari. Pada trimester I

belum ada kebutuhan yang mendesak karena rata-rata kebutuhannya masih seperti wanita yang tidak hamil. Kebutuhan zat besi dapat dipenuhi dengan suplemen zat besi dengan dosis 100 mg/hari. Kebutuhan zat besi selama masa kehamilan sangat tinggi, khususnya pada trimester II dan III. Tambahan sebesar 9 mg/hari diperlukan pada kehamilan trimester II dan tambahan sebesar 13 mg/hari diperlukan pada kehamilan trimester III (Susilowati, 2016).

c. Sumber Makanan yang Mengandung Zat Besi

Zat besi yang berasal dari hewani yaitu daging, ayam, ikan, telur. Zat besi yang berasal dari nabati yaitu kacang-kacangan, sayuran hijau dan pisang ambon (Almatsier, 2009). Keanekaragaman mengkonsumsi makanan berperan penting dalam membantu meningkatkan penyerapan Fe di dalam tubuh. Adanya protein hewani, vitamin C, vitamin A, asam folat dapat meningkatkan penyerapan zat besi dalam tubuh (Almatsier, 2014).

d. Cara Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD)

Ibu hamil di anjurkan mengonsumsi tablet besi setiap hari selama masa kehamilan dan 40 hari setelah melahirkan (Kemenkes RI, 2016). Tablet besi sebaiknya dikonsumsi bersamaan dengan makanan mengandung protein hewani dan vitamin C. Teh, kopi, suplemen kalsium dan asam fitat yang ditemukan dalam berbagai olahan kedelai serta asam oksalat (kacang polong, buncis, anggur, stroberi, blueberry, blackberry, raspberry) dapat mengikat zat besi

sehingga mengurangi jumlah penyerapan. Makanan yang dapat mengikat zat besi tersebut sebaiknya dihindari atau tidak dikonsumsi secara bersamaan (Arisman, 2010).

Tablet besi sebaiknya diminum dengan air putih. Tidak boleh minum tablet tambah darah bersamaan dengan obat antacid karena kekurangan asam klorida di dalam lambung karena penggunaan obat-obat yang bersifat basa seperti antacid dapat mengganggu penyerapan zat besi (Almatsier, 2009). Tablet besi sebaiknya diminum sebelum makan karena jika dikonsumsi pada saat makan atau setelah makan dapat menimbulkan rasa mual dan mengurangi jumlah zat besi yang diserap. Pemberian tablet besi lebih bisa ditoleransi jika diminum pada saat sebelum tidur malam (Purnamasari, 2016).

e. Suplementasi Tablet Tambah Darah Pada Kehamilan

Suplementasi tablet besi yaitu pemberian zat besi folat yang berbentuk tablet. Setiap tablet mengandung 200 mg ferro sulfat dan 0,25 mg asam folat (setara dengan 60 mg besi elemental dan 0,25 mg asam folat) yang diberikan oleh pemerintah kepada ibu hamil untuk mengatasi masalah anemia besi. Ibu hamil merupakan salah satu kelompok yang diprioritaskan dalam program suplementasi (Arisman, 2010). Untuk mengatasi masalah anemia selama kehamilan terdapat program pemerintah yaitu pemberian tablet Fe1 dan Fe3. Tablet Fe1 yaitu pemberian tablet besi yang pertama kali bagi ibu hamil sebanyak 30 tablet. Tablet Fe3 yaitu pemberian tablet besi

selanjutnya sebanyak 90 tablet (Kemenkes RI, 2016).

f. Manfaat Tablet Tambah Darah

Tablet Tambah Darah sangat dianjurkan dikonsumsi oleh wanita usia subur (WUS) dikarenakan WUS khususnya ibu hamil membutuhkan zat besi sangat tinggi yang perlu disiapkan sedini mungkin. Tablet tambah darah dapat menurunkan prevalensi anemia, dapat mencegah kasus BBLR (Berat Badan Lahir Rendah), dapat menurunkan angka kematian ibu dan bayi serta mencegah anemia defisiensi besi pada ibu hamil (Ani, 2013).

Zat besi berperan dalam membentuk hemoglobin dan protein di dalam sel darah merah yang membawa oksigen ke jaringan tubuh lain, mencegah anemia, mencegah perdarahan saat melahirkan, serta mencegah cacat pada janin. Suplementasi besi yang dianjurkan selama trimester II dan III dibutuhkan untuk menghindari habisnya cadangan zat besi ibu pada akhir kehamilannya (Arisman, 2010).

Tablet tambah darah selain mengandung zat besi juga mengandung asam folat. Asam folat berperan untuk mencegah cacat tabung syaraf pada janin, sehingga kebutuhannya harus ditingkatkan menjadi 0,4-0,5 mg per harinya. Asam folat bermanfaat untuk perkembangan tulang, jaringan tisu dan darah, mencegah kelainan pada bayi (Proverawati dan Asfuah, 2009)

Manfaat lainnya dari mengonsumsi makanan sumber zat besi yaitu terpenuhinya kecukupan vitamin A, dikarenakan makanan

sumber zat besi sebagian besar merupakan sumber vitamin A
(Almatsier, 2014)

3. Edukasi Gizi

Edukasi merupakan upaya yang direncanakan untuk mempengaruhi seseorang baik individu, kelompok atau masyarakat dengan tujuan supaya seseorang tersebut melakukan apa yang diharapkan oleh edukator. Edukasi gizi merupakan pendekatan edukatif untuk menghasilkan perilaku individu/masyarakat yang diperlukan untuk meningkatkan atau mempertahankan gizi yang baik (Notoatmodjo, 2014).

Edukasi adalah pemberian pengetahuan dan kemampuan seseorang melalui pembelajaran, sebagai dampaknya seseorang atau kelompok masyarakat yang mendapat pendidikan dapat melakukan sesuai yang diharapkan edukator, dari yang tidak paham menjadi paham serta yang tidak mampu mengatasi kesehatan sendiri menjadi mampu mengatasi secara mandiri (Fitriani, 2011)

Menurut Waryana (2016) tujuan utama dari kegiatan penyuluhan yaitu untuk mengubah perilaku sasaran baik dari segi sikap, pengetahuan dan ketrampilan supaya tahu, mau dan mampu untuk menerapkan inovasi demi perbaikan mutu hidupnya, keluarganya dan masyarakat.

Penyuluhan gizi yaitu salah satu bentuk pendidikan gizi yang dapat dilakukan di masyarakat. Dalam memberikan pendidikan gizi perlu adanya media yang berfungsi membantu penyampaian materi supaya mudah dipahami oleh sasaran. Media pendidikan atau pembelajaran

adalah sarana dimana komunikator dapat menyampaikan pesan atau informasi, baik melalui media cetak maupun elektronika sehingga dapat merubah perilaku kesehatan ke arah yang lebih baik.

4. Peran Media dalam Edukasi

Media pendidikan adalah sarana untuk menampilkan pesan atau informasi sehingga dapat meningkatkan pengetahuan sasaran yang diharapkan dapat merubah perilakunya ke arah positif terhadap kesehatan (Notoatmodjo, 2010)

Manfaat media dalam pembelajaran menurut Danim (2013) yaitu :

- a. Kualitas pendidikan meningkat dengan cara meningkatkan kecepatan belajar (*rate of learning*)
- b. Memberikan kemungkinan pelatihan yang bersifat personal
- c. Memberikan dasar yang lebih ilmiah untuk pendidikan
- d. Pengajaran dapat dilakukan terus menerus
- e. Dapat terwujudnya kedekatan belajar (*immediacy learning*) yang meningkat
- f. Memberi penyajian pendidikan lebih luas

Beberapa media yang dapat digunakan sebagai sarana pembelajaran menurut Kholid (2012) yaitu media cetak (poster, leaflet, *power point*, baliho, spanduk, banner, koran, majalah), media audiovisual (televisi, film/video, iklan) dan media nternet (jejaring sosial dan website/blog).

5. Media Audiovisual

- a. Pengertian Media Audiovisual

Media audiovisual yaitu salah satu jenis media pembelajaran yang dapat digunakan dalam proses pembelajaran. Media audiovisual salah satu jenis media yang mengandung unsur suara dan visual yang dapat didengar dan dilihat. Kemampuan media audiovisual dinilai lebih baik dan lebih menarik karena mengandung dua jenis unsur yaitu media auditif dan visual (Sanjaya, 2011).

Media audiovisual merupakan hasil perpaduan antara media audio dan visual yang dapat disebut media pandang-dengar. Contoh dari media audiovisual yaitu program video/televis pendidikan, video/televisi instruktural dan program slide suara (Rusman, 2012)

b. Karakteristik Media Audiovisual

Media audiovisual mempunyai ciri khas yaitu bersifat linear, menyajikan visual yang dinamis, digunakan dengan cara yang sudah ditetapkan sebelumnya oleh perancang, media audiovisual merupakan gambaran fisik dari gagasan real atau abstrak, dikembangkan berdasarkan prinsip psikologis behaviorisme dan kognitif, media audiovisual menggunakan perangkat keras selama proses belajar seperti proyektor film, televisi, tape recorder dan proyektor visual yang lebar (Arsyad, 2011)

c. Kelebihan dan Kekurangan Penggunaan Media Audiovisual

1) Kelebihan media audiovisual

- a) Dapat menarik perhatian sasaran
- b) Sasaran dapat memperoleh informasi melalui berbagai sumber

- c) Dapat mempersiapkan atau merekam demonstrasi yang sulit sebelumnya, sehingga saat proses penyampaian pesan dapat memusatkan perhatian pada penyajiannya
- d) Efisien waktu dan bisa diulang kapan saja
- e) Volume audio dapat disesuaikan jika penyaji ingin menjelaskan sesuatu secara detail (Daryanto, 2011)

2) Kelemahan media audiovisual

- a) Kurang dapat menguasai perhatian sasaran
- b) Komunikasi bersifat satu arah
- c) Kurang mampu menampilkan secara sempurna detail dari objek yang disajikan
- d) Diperlukan peralatan yang mahal dan kompleks
- e) Dapat bergantung pada energi listrik
- f) Memerlukan keahlian dalam penyajiannya
- g) Dapat dilakukan duplikasi oleh pihak yang tidak diinginkan (Daryanto,2011)

6. Pengetahuan

a. Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan adalah hasil dari tahu dan terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indra manusia seperti penglihatan, pendengaran, penciuman, perasa dan peraba. Sebagian besar pengetahuan dari seorang manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan

merupakan faktor yang sangat penting dalam membentuk perilaku seseorang (Notoatmojo, 2012).

b. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan

Faktor yang mempengaruhi pengetahuan menurut Wawan dan Dewi (2015) adalah sebagai berikut :

1) Faktor internal

a) Pendidikan

Pendidikan sangat diperlukan untuk mendapatkan informasi. Pendidikan merupakan bimbingan yang diberikan seseorang terhadap perkembangan orang lain menuju ke arah cita-cita tertentu yang menentukan manusia berbuat untuk mencapai keselamatan dan kebahagiaan. Pendidikan dapat mempengaruhi seseorang terkait pola hidup terutama dalam memotivasi sikap berperan serta dalam pembangunan

b) Pekerjaan

Pekerjaan dalam arti luas merupakan aktifitas utama yang dilakukan manusia. Pekerjaan dalam arti sempit merupakan pekerjaan yang digunakan untuk menghasilkan uang bagi seseorang dalam kehidupan sehari-hari istilah ini sering dianggap sama dengan profesi

c) Umur

Usia adalah umur individu yang dihitung mulai saat dilahirkan sampai berulang tahun. Semakin cukup umur,

tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berpikir dan bekerja.

2) Faktor eksternal

a) Informasi

Informasi merupakan fungsi penting untuk membantu mengurangi rasa cemas. Seseorang yang telah mendapatkan informasi akan semakin tinggi tingkat pengetahuan terhadap suatu hal.

b) Lingkungan

Lingkungan merupakan seluruh kondisi yang ada di sekitar, manusia dan pengaruhnya yang dapat mempengaruhi perkembangan dan perilaku seseorang atau kelompok.

c) Sosial budaya

Semakin tinggi tingkat pendidikan dan status sosial seseorang maka akan semakin tinggi pula tingkat pengetahuannya.

c. Tingkatan Pengetahuan

Pengetahuan yang dicakup dalam daerah kognitif menurut Notoatmojo (2012) mempunyai 6 tingkatan yaitu :

1) Tahu (know)

Mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Untuk mengukur seseorang tahu tentang apa yang dipelajari yaitu dengan menyebutkan, menguraikan, mendefinisikan dan menyatakan

2) Paham (comprehension)

Kemampuan untuk memahami secara benar mengenai objek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan materi tersebut dengan benar

3) Aplikasi (application)

Kemampuan untuk menggunakan materi yang sudah dipelajari pada situasi dan kondisi yang sebenarnya

4) Analisis (analysis)

Kemampuan untuk menjabarkan materi ke dalam komponen-komponen tetapi masih di dalam suatu struktur organisasi tersebut dan masih terkait satu sama lainnya

5) Sintesis (synthesis)

Kemampuan untuk menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru

6) Evaluasi (evaluation)

Kemampuan untuk melakukan penilaian terhadap suatu materi atau objek

d. Pengukuran tingkat pengetahuan

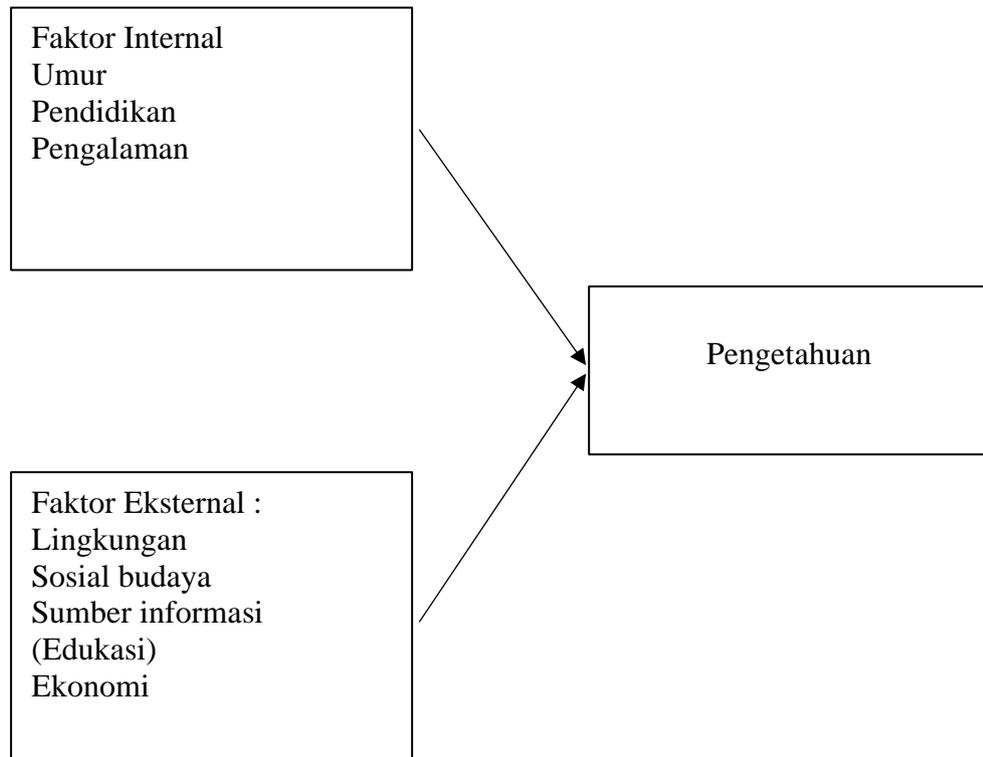
Tingkat pengetahuan dapat diukur dengan melakukan wawancara atau kuisioner yang berisi materi yang akan diukur dari responden. Dalam mengukur pengetahuan harus diperhatikan rumusan kalimat pertanyaan menurut tahapan pengetahuan (Agus, 2013).

Menurut Arikunto (2013) ada 3 kategori tingkat pengetahuan

didasarkan pada nilai persentase, yaitu :

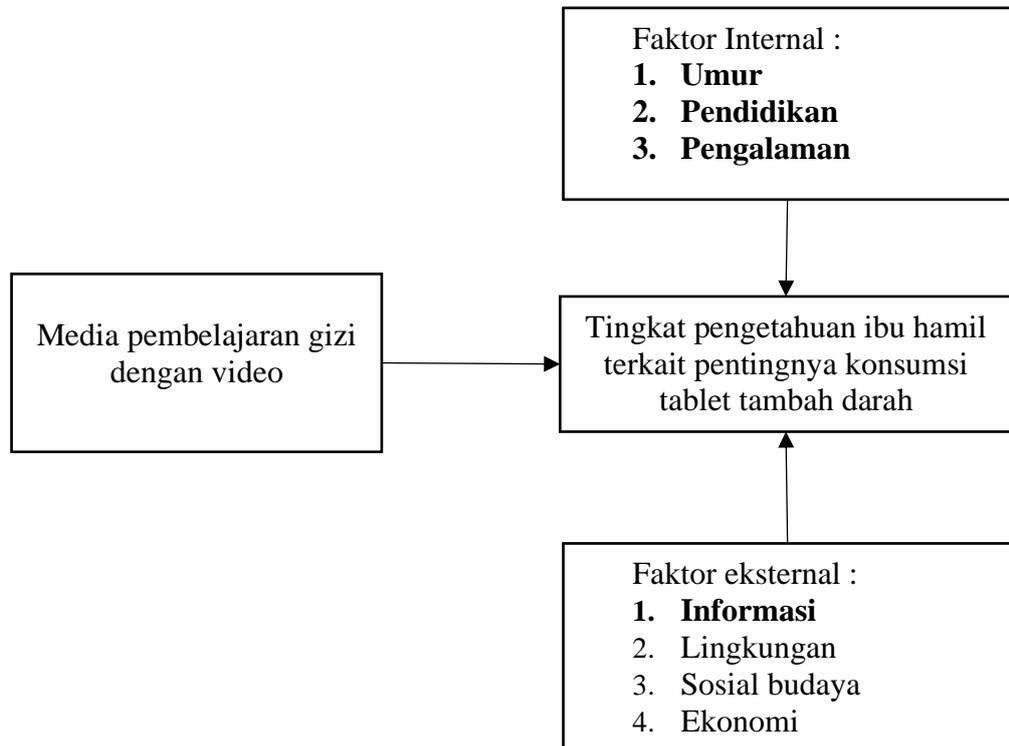
- 1) Baik (jawaban terhadap kuisisioner 76-100% benar)
- 2) Cukup (jawaban terhadap kuisisioner 56-75% benar)
- 3) Kurang (jawaban terhadap kuisisioner <56% benar)

B. Kerangka Teori



Gambar 1. Kerangka Teori dimodifikasi dari Arisman (2014), Saifuddin (2012), Gibney (2014), Suharto dkk (2012), Sediaoetama (2014), Notoatmodjo (2012), Wawan dan Dewi (2014)

C. Kerangka Konsep



Keterangan :



= Variabel yang diteliti

Gambar 2. Kerangka Konsep Penelitian

D. Hipotesis

Ada pengaruh pemberian edukasi gizi melalui media video terhadap pengetahuan ibu hamil tentang pentingnya konsumsi tablet tambah darah.