

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Anemia

1. Definisi Anemia

Anemia merupakan salah satu kelainan darah yang umum terjadi ketika kadar sel darah merah dalam tubuh menjadi terlalu rendah. Hal ini dapat menyebabkan masalah kesehatan karena sel darah merah mengandung hemoglobin, yang membawa oksigen ke jaringan tubuh. Anemia dapat menyebabkan berbagai komplikasi, termasuk kelelahan dan stress pada organ tubuh. Anemia sebenarnya adalah sebuah tanda dari proses penyakit bukan penyakit itu sendiri (Proverawati, A, 2011).

Anemia sering disebut kurang darah yaitu keadaan dimana kadar hemoglobin dalam darah kurang dari normal (<12gr/dL) yang berakibat pada daya tahan tubuh, kemampuan dan konsentrasi belajar, kebugaran tubuh, menghambat tumbuh kembang dan akan membahayakan kehamilan nanti (Kemenkes RI, 2010).

Anemia merupakan kondisi dimana kadar hemoglobin seseorang kurang dari 10gr/dL, sedangkan angka idealnya untuk ibu dewasa berdasarkan standar WHO adalah 12gr/dL. Artinya, seorang ibu dewasa yang sedang hamil maupun tidak akan didiagnosis mengalami anemia jika kadar hemoglobinnya di bawah 12gr/dL. Akan tetapi, munculnya gejala bersifat individual, bisa jadi orang yang memiliki hemoglobin 10gr/dL

masih dapat beraktifitas secara normal dan energik, sedangkan yang lain tampak letih dan lesu (Fatonah, S, 2016).

2. Batasan Anemia

Menurut Arisman (2009), seseorang dikatakan anemia bila kadar hemoglobin sebagai berikut :

Tabel 2.1
Kadar hemoglobin sebagai indikator anemia

Kelompok Umur	Hemoglobin (gr/dL)
Anak umur 6 bulan-5 tahun	<11
Anak umur 6 tahun-11 tahun	<11,5
Anak umur 12-14 tahun	<12
Laki-laki dewasa	<13
Wanita dewasa tidak hamil	<12
Wanita dewasa hamil	<11

Batasan anemia menurut Manuaba (2007) dalam Salmariantity (2012) berdasarkan pemeriksaan hemoglobin adalah :

1. Tidak anemia : Hb 11,00 gr/dL
2. Anemia ringan : Hb 9,00 gr/dL-10,00 gr/dL
3. Anemia sedang : Hb 7,00 gr/dL-8,00 gr/dL
4. Anemia berat : Hb < 7,00 gr/dL

3. Tanda dan Gejala Anemia

a. Anemia Ringan

Anemia dapat menyebabkan berbagai tanda dan gejala, karena jumlah sel darah merah yang rendah menyebabkan berkurangnya pengiriman oksigen ke setiap jaringan dalam tubuh. Anemia ringan biasanya tidak menimbulkan gejala apapun, tetapi anemia secara perlahan terus-menerus (kronis), tubuh dapat beradaptasi dan

mengimbangi perubahan, dalam hal ini mungkin tidak ada gejala.apapun sampai anemia menjadi lebih berat.

Menurut Proverawati, A (2011) gejala anemia diantaranya :

- 1) Kelelahan
- 2) Penurunan energi
- 3) Kelemahan
- 4) Sesak nafas
- 5) Tampak pucat

b. Anemia Berat

Beberapa tanda yang menunjukkan anemia berat pada seseorang (Proverawati, A, 2011) diantaranya :

- 1) Perubahan warna tinja, termasuk tinja hitam dan lengket dan berbau busuk, berwarna merah marun, atau tampak berdarah jika anemia karena kehilangan darah melalui saluran pencernaan.
- 2) Denyut jantung cepat
- 3) Tekanan darah rendah
- 4) Frekuensi pernafasan cepat
- 5) Pucat atau kulit dingin
- 6) Kelelahan atau kekurangan energi
- 7) Kesemutan
- 8) Daya konsentrasi rendah

4. Penyebab Anemia

Menurut Proverawati, A (2011) banyak kondisi medis yang dapat menyebabkan anemia. Penyebab umum dari anemia adalah :

a) Anemia dari pendarahan aktif

Kehilangan darah melalui perdarahan menstruasi berat atau luka dapat menyebabkan anemia. Ulkus gastrointestinal atau kanker seperti kanker usus besar mungkin secara perlahan dapat menyebabkan anemia. Kehilangan darah akut dari perdarahan internal (dampak dari ulkus peptikum) atau perdarahan eksternal (seperti trauma) dapat menyebabkan anemia dalam kurun waktu yang sangat singkat. Jenis anemia ini bisa mengakibatkan gejala parah dan konsekuensi berat jika tidak segera ditangani.

b) Anemia defisiensi besi

Kebutuhan besi pada sumsum tulang untuk membuat sel-sel darah merah. Iron memainkan peranan penting dalam struktur yang tepat dari molekul hemoglobin. Jika asupan besi terbatas atau tidak memadai karena asupan diet yang buruk, anemia dapat terjadi sebagai hasilnya. Hal ini disebut anemia kekurangan zat besi.

c) Anemia penyakit kronis

Setiap kondisi medis jangka panjang dapat menyebabkan anemia. Mekanisme yang tepat dari proses ini tidak diketahui, tetapi berlangsung lama dan kondisi medis yang berkelanjutan seperti infeksi kronis atau kanker dapat menyebabkan anemia.

d) Anemia yang berhubungan dengan penyakit ginjal

Ginjal mengeluarkan hormon yang disebut eritropoietin yang membantu tulang untuk membuat sel darah merah. Pada orang dengan penyakit ginjal kronis (jangka panjang), produksi hormon ini berkurang, hal ini dapat menyebabkan anemia.

e) Anemia yang berhubungan dengan kehamilan

Peningkatan kadar cairan plasma selama kehamilan mengencerkan darah (hemodilusi), yang dapat tercermin sebagai anemia.

f) Anemia yang berkaitan dengan gizi buruk

Banyak vitamin dan mineral diperlukan untuk membuat sel-sel darah merah. Selain zat besi, vitamin B12 dan folat diperlukan untuk produksi hemoglobin yang tepat. Kekurangan dalam salah satu dapat menyebabkan anemia karena kurangnya produksi sel darah merah.

g) Anemia pernisiiosa

Masalah dalam perut atau usus dapat menyebabkan gangguan penyerapan vitamin B12. Hal ini dapat menyebabkan anemia karena kekurangan vitamin B12.

h) Anemia sel sabit

Pada beberapa individu, masalahnya mungkin berhubungan dengan produksi molekul hemoglobin abnormal. Dalam kondisi ini masalah hemoglobin kualitatif atau fungsional. Molekul hemoglobin dapat menyebabkan masalah pada integritas struktur sel darah merah dan mereka mungkin menjadi berbentuk bulan sabit.

i) **Thalassemia**

Ini adalah kelompok lain penyebab hemoglobin yang berhubungan dengan anemia. Thalassemia merupakan penyakit yang diwariskan, tetapi mereka menyebabkan kelainan hemoglobin kuantitatif, yang berarti jumlah cukup dari tipe molekul hemoglobin yang benar dibuat.

j) **Alkoholisme**

Alkohol sendiri dapat menjadi racun bagi sumsum tulang dan dapat memperlambat produksi sel darah merah.

k) **Anemia terkait sumsum tulang**

Anemia mungkin berhubungan dengan penyakit yang melibatkan sumsum tulang. Beberapa kanker darah seperti leukimia dapat mengubah produksi sel darah merah dan menyebabkan anemia.

l) **Anemia aplastik**

Kadang-kadang beberapa infeksi virus parah dapat mempengaruhi sumsum tulang dan secara signifikan mengurangi produksi semua sel-sel darah.

m) **Anemia hemolitik**

Anemia hemolitik adalah jenis anemia dimana sel-sel darah merah pecah (hemolisis). Beberapa bentuk anemia ini bisa turun temurun dengan kehancuran konstan atau obat-obat tertentu yang mengganggu struktur sel darah merah.

5. Penentuan Status Anemia

Penentuan status anemia dapat dilakukan dengan cara biokimia atau laboratorium dan secara klinis. Secara klinis dapat dilakukan dengan cara pemeriksaan (inspeksi) terhadap target organ seperti mata, kuku, bibir dan lidah. Menurut Supriasa, dkk (2002) penentuan status anemia dengan cara biokimia adalah melakukan pemeriksaan darah. Beberapa jenis metode biokimia, diantaranya :

1) Metode Sahli

Metode pemeriksaan hemoglobin yang pertama kali ditemukan yang menggunakan teknik kimia adalah metode sahli dengan membandingkan senyawa akhir secara visual terhadap standar gelas warna. Hasil hemoglobin dalam darah dengan metode sahli memiliki subjektifitas yang tinggi karena hasil pemeriksaan sangat tergantung kepada subjektifitas pemeriksa, hal ini disebabkan oleh beberapa faktor yaitu, faktor penglihatan tenaga pemeriksa, penyinaran, gelas yang digunakan sebagai standar warna dan kelanjutan.

Kekurangan dan kelebihan metode sahli menurut Suparyanto (2014), diantaranya :

a. Kekurangan metode sahli

- a) Pembacaan secara visual kurang teliti
- b) Alat (Hemoglobinometer) tidak dapat distandarkan
- c) Tidak semua bentuk hemoglobin dapat diubah menjadi hematin asam

b. Kelebihan metode sahli

a) Alat (Hemoglobinometer) praktis dan tidak membutuhkan listrik

b) Harga alat (Hemoglobinometer) murah



Gambar 2.1 Pengukuran Hb dengan metode sahli
(Adhisuwigno, 2010)

2) Metode *Cyanmethemoglobin*

Metode *cyanmethemoglobin* adalah cara yang lebih canggih dalam menentukan kadar hemoglobin. Pemeriksaan kadar hemoglobin dilakukan dengan cara hemoglobin dioksidasi oleh kalium ferrosianida menjadi methemoglobin yang kemudian bereaksi dengan ion sianida (CN^{2-}) membentuk sianmethemoglobin yang berwarna merah. Pembacaan intensitas warna dilakukan dengan menggunakan fotometer dan dibandingkan dengan standar. Karena yang dibandingkan adalah alat elektronik, maka hasilnya lebih objektif, tetapi fotometer ini harganya cukup mahal sehingga belum semua laboratorium memilikinya.

Kekurangan dan Kelebihan metode *cyanmethemoglobin* menurut Suparyanto (2014) adalah :

- a. Kekurangan metode *cyanmethemoglobin*
 - a) Alat untuk mengukur absorbansi mahal
 - b) Larutan drabkin yang berisi sianida bersifat racun
- b. Kelebihan metode *cyanmethemoglobin*
 - a) Pemeriksaan akurat
 - b) Reagent dan alat untuk mengukur kadar hemoglobin dapat dikontrol dengan larutan standart yang stabil



Gambar 2.2 Pengukuran Hb dengan metode *cyanmethemoglobin* (Adhisuwignjo, 2010)

Selain menggunakan metode sahli dan *cyanmethemoglobin*, penetapan kadar hemoglobin bisa menggunakan alat test kadar hemoglobin dalam darah yang bekerja secara digital dengan hasil prediksi lebih cepat, akurat, tidak sakit, kapan saja dan dimana saja, atau dikenal dengan Hb digital (*Easy Touch*). Alat Hb digital ini sudah cukup akurat terbukti karena sudah lulus uji dan proses mengetahui hasilnya cukup cepat serta sangat mudah dalam penggunaannya (Ridha, 2010 dalam Arbianti, 2016).



Gambar 2.3 Pengukuran Hb dengan *Easy Touch*
(Adhisuwigno, 2010)

6. Pencegahan dan Pengobatan Anemia

Menurut Depkes (2009), cara mencegah dan mengobati anemia adalah

- a. Meningkatkan konsumsi makanan bergizi.
 - a) Mengonsumsi makanan yang banyak mengandung zat besi.
 - b) Bahan makanan hewani : daging, ikan, ayam, hati dan telur
 - c) Bahan makanan nabati : sayuran berwarna hijau tua, kacang-kacangan, dan tempe. Makan sayur-sayuran dan buah-buahan yang banyak mengandung vitamin C sangat bermanfaat untuk meningkatkan penyerapan zat besi dalam usus. Bahan makanan tersebut, antara lain daun katuk, daun singkong, bayam, jambu, tomat, jeruk dan nanas.
- b. Menambah asupan zat besi ke dalam tubuh dengan minum tablet tambah darah (TTD).
- c. Mengobati penyakit yang menyebabkan atau memperberat anemia, seperti kecacingan, malaria, TB paru.

B. Anemia pada Kehamilan

1. Pengertian Anemia pada Kehamilan

Dampak kekurangan zat besi pada wanita hamil dapat diamati dari besarnya angka kesakitan dan kematian maternal, peningkatan angka kesakitan dan kematian janin, serta peningkatan risiko terjadinya berat badan lahir rendah. Penyebab utama kematian maternal antara lain adalah pendarahan pasca partum (di samping eklampsia dan penyakit infeksi) dan plasenta previa yang kesemuanya berpangkal pada anemia defisiensi. Kebutuhan akan zat besi selama kehamilan meningkat, ditujukan untuk memasok kebutuhan janin dalam bertumbuh (pertumbuhan janin memerlukan banyak sekali zat besi), pertumbuhan plasenta, dan peningkatan volume darah ibu (Arisman, 2004).

Tubuh mengalami perubahan yang signifikan saat hamil. Jumlah darah dalam tubuh meningkat sekitar 20-30%, sehingga memerlukan peningkatan kebutuhan pasokan zat besi dan vitamin untuk membuat hemoglobin. Ketika hamil, tubuh membuat lebih banyak darah untuk berbagi dengan bayinya. Tubuh mungkin memerlukan darah hingga 30% lebih banyak daripada ketika tidak hamil. Selama kehamilan biasanya terjadi *hiperplasia erythroid* dari sumsum tulang, dan meningkatkan masa RBC (*Red Blood Cell*) atau jumlah sel darah merah. Peningkatan yang tidak proporsional dalam hasil volume plasma menyebabkan hemodilusi (hydremlia kehamilan): Hct (hematokrit) atau presentase bagian darah yang padat dibandingkan dengan plasma menurun dari antara 38 dan 45% pada

wanita sehat yang tidak hamil sampai sekitar 34% selama kehamilan tunggal dan sampai 30% selama akhir kehamilan multifetal atau kehamilan kembar. Selama kehamilan, anemia didefinisikan sebagai kadar hemoglobin 10 gr/dL (Ht <30%) dan jika kadar Hb <11,5 gr/dL pada awal kehamilan. Wanita hamil mungkin perlu diberikan obat profilaktik karena hemodilusi, biasanya mengurangi kadar Hb sampai <10 gr/dL. Anemia terjadi pada 1/3 dari perempuan selama trimester ketiga. Penyebab paling umum adalah defisiensi zat besi dan float (Proverawati, A, 2011).

2. Penyebab Anemia pada Kehamilan

Sekitar 95% kasus anemia selama kehamilan adalah karena kekurangan zat besi. Penyebabnya biasanya asupan makanan tidak memadai, kehamilan sebelumnya, meningkatnya kebutuhan zat besi. Hal ini penting dilakukan pemeriksaan untuk anemia pada kunjungan pertama kehamilan. Bahkan jika tidak mengalami anemia pada saat kunjungan pertama, masih mungkin terjadi anemia pada kehamilan selanjutnya (Proverawati, A, 2011).

3. Patofisiologi Anemia pada Kehamilan

Peningkatan aliran darah dan volume darah terjadi selama kehamilan, mulai 10-12 minggu umur kehamilan dan secara progresif sampai dengan umur kehamilan 30-34 minggu. Pada saat kehamilan, kebutuhan oksigen meningkat sehingga produksi eritropoitin di ginjal juga meningkat. Akibatnya, sel darah merah (eritrosit) meningkat sebanyak 20-30%. Namun peningkatan ini tidak sebanding dengan penambahan volume

plasma yang progresif, yaitu sebesar 40-45%, sehingga terjadi proses hemodilusi (pengenceran darah) yang menyebabkan penurunan konsentrasi Hb. Oleh sebab itu, resiko anemia meningkat bersama dengan kehamilan, sehingga ibu hamil membutuhkan zat besi dua kali lipat guna memenuhi kebutuhan ibu dan pertumbuhan janin (Roosleyn, 2016).

4. Efek Anemia pada Kehamilan

Kejadian anemia pada ibu hamil harus selalu diwaspadai mengingat anemia dapat meningkatkan risiko kematian ibu, angka prematuritas, BBLR dan angka kematian bayi. Untuk mengenali kejadian anemia pada kehamilan, seorang ibu harus mengetahui gejala anemia pada ibu hamil. Anemia yang terjadi saat ibu hamil trimester I akan dapat mengakibatkan Abortus (keguguran) dan kelainan kongenital. Anemia pada kehamilan trimester II dapat menyebabkan : persalinan premature, perdarahan antepartum, gangguan pertumbuhan janin dalam rahim, asfiksia intrauterin sampai kematian, Berat Badan Lahir Rendah (BBLR), gestosis dan mudah terkena infeksi, IQ rendah dan bahkan bisa mengakibatkan kematian. Saat inpartus, anemia dapat menimbulkan gangguan his baik primer maupun sekunder, janin akan lahir dengan anemia, dan persalinan dengan tindakan yang disebabkan karena ibu cepat lelah (Manoe, M, 2010).

C. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Anemia Ibu Hamil

1. Pendidikan

a. Pengertian

Pendidikan meliputi peranan penting dalam menentukan kualitas manusia. Dengan pendidikan manusia dianggap akan memperoleh pengetahuan. Tingkat pendidikan seseorang akan berpengaruh dalam pemberian respon terhadap sesuatu yang datangnya dari luar. Orang yang berpendidikan tinggi akan memberikan respon yang lebih rasional terhadap informasi yang datang dan akan berpikir sejauh mana keuntungan yang akan mereka dapatkan. Orang yang tidak berpendidikan tinggi akan memberikan respon yang kurang rasional dan dalam pengambilan keputusan (Mubmarak, 2007 dalam Prahesti, R, 2017).

Pendidikan di Indonesia terdiri atas pendidikan formal, nonformal, dan informal yang dapat saling melengkapi dan memperkaya pengetahuan yang diselenggarakan dengan sistem terbuka melalui tatap muka atau melalui jarak jauh (UU RI No 20, 2003). Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional menyatakan bahwa jenjang pendidikan formal terdiri atas pendidikan dasar, menengah, dan tinggi.

a) Pendidikan Dasar

Pendidikan dasar meliputi Sekolah Dasar (SD) dan Madrasah Ibtidaiyah (MI) atau bentuk lain yang sederajat serta Sekolah

Menengah Pertama (SMP) dan Madrasah Tsanawiyah (MTs) atau yang sederajat.

b) Pendidikan Menengah

Pendidikan menengah merupakan lanjutan pendidikan dasar. Pendidikan menengah terdiri atas pendidikan menengah umum dan kejuruan. Pendidikan menengah berbentuk Sekolah Menengah Atas (SMA), Madrasah Aliyah Kejuruan (MAK), atau bentuk lain yang sederajat.

c) Pendidikan Tinggi

Pendidikan tinggi merupakan jenjang pendidikan setelah pendidikan menengah yang mencakup program pendidikan diploma, sarjana, magister, spesialis, dan doktor yang diselenggarakan oleh perguruan tinggi.

Pendidikan ibu merupakan modal utama dalam menunjang ekonomi keluarga juga berperan dalam penyusunan makan keluarga, serta pengasuhan dan perawatan anak. Bagi keluarga dengan tingkat pendidikan yang tinggi akan lebih mudah menerima informasi kesehatan khususnya di bidang gizi, sehingga dapat menambah pengetahuannya dan mampu menerapkan dalam kehidupan sehari-hari (Depkes RI, 2000) .

b. Faktor yang mempengaruhi pendidikan

Faktor yang mempengaruhi pendidikan menurut Hasbullah (2005) adalah :

1) Ideologi

Semua manusia dilahirkan ke dunia mempunyai hak yang sama khususnya hak untuk mendapatkan pendidikan dan peningkatan pengetahuan dan pendidikan.

2) Sosial Ekonomi (pendapatan)

Semakin tinggi sosial ekonomi memungkinkan seseorang mencapai pendidikan yang lebih tinggi.

3) Sosial Budaya

Masih banyak orang tua yang kurang menyadari akan pentingnya pendidikan bagi anak-anaknya.

4) Psikologi

Konseptual pendidikan merupakan alat untuk mengembangkan kepribadian individu agar lebih bernilai.

2. Pengetahuan

a. Pengertian

Pengetahuan adalah hasil 'tahu', dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui pancaindra manusia, yakni: indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan atau kognitif

merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (Notoatmojo, 2011).

Menurut Notoatmojo (2011) pengetahuan yang dicakup dalam domain kognitif mempunyai enam tingkat, yakni;

a) Tahu (*Know*)

Tahu diartikan mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk ke dalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (*recall*) terhadap suatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima.

b) Memahami (*Comprehension*)

Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui, dan dapat menginterpretasi materi tersebut secara benar.

c) Aplikasi (*Application*)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi riil (sebenarnya).

d) Analisa (*Analisis*)

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen, tetapi masih dalam satu struktur organisasi tersebut, dan masih ada kaitannya satu sama lain.

e) Sintesis (*Synthesis*)

Sintesis menunjukkan pada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian dalam suatu bentuk keseluruhan yang

baru. Dengan kata lain sintesis itu suatu kemampuan untuk menyusun formulasi-formulasi yang ada.

f) Evaluasi (*Evaluation*)

Evaluasi ini berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan jastifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian-penilaian itu berdasarkan suatu kriteria yang ditentukan sendiri, atau menggunakan kriteria-kriteria yang telah ada.

b. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan

Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan menurut Notoatmodjo (2003) adalah:

1) Umur

Umur adalah lamanya hidup seseorang dalam tahun yang dihitung sejak dilahirkan. Semakin tinggi umur seseorang, maka semakin bertambah pula ilmu atau pengetahuan yang dimiliki karena pengetahuan seseorang diperoleh dari pengalaman sendiri maupun pengalaman yang diperoleh dari orang lain.

2) Pendidikan

Pendidikan merupakan proses menumbuh kembangkan seluruh kemampuan dan perilaku manusia melalui pengetahuan, sehingga dalam pendidikan perlu dipertimbangkan umur (proses perkembangan klien) dan hubungan dengan proses belajar. Pendidikan meliputi peranan penting dalam menentukan kualitas

manusia. Dengan pendidikan manusia dianggap akan memperoleh pengetahuan implikasinya.

3) Paparan media massa

Melalui berbagai media massa baik cetak maupun elektronik maka berbagai informasi dapat diterima oleh masyarakat, sehingga seseorang yang lebih sering terpapar media massa akan memperoleh informasi yang lebih banyak dan dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan yang dimiliki.

4) Hubungan sosial

Faktor hubungan sosial mempengaruhi kemampuan individu sebagai komunikator untuk menerima pesan menurut model komunikasi media. Apabila hubungan sosial seseorang dengan individu baik maka pengetahuan yang dimiliki juga akan bertambah.

5) Pengalaman

Pengalaman adalah suatu sumber pengetahuan atau suatu cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan. Hal ini dilakukan dengan cara mengulang kembali pengalaman yang diperoleh dalam memecahkan permasalahan yang dihadapi pada masa yang lalu. Pengalaman seseorang individu tentang berbagai hal biasanya diperoleh dari lingkungan kehidupan dalam proses pengembangan misalnya sering mengikuti organisasi.

Kurangnya pengetahuan ibu hamil akan tanda-tanda, gejala, dampak dan cara pencegahan anemia menyebabkan deteksi dini kelainan-kelainan

pada kehamilan tidak dapat dilakukan sehingga memperbesar resiko terjadinya anemia pada kehamilan secara tidak langsung. (Muzayyarah, 2007 dalam Riyanto, 2014)

3. Pendapatan Keluarga

Pendapatan merupakan jumlah penghasilan riil dari seluruh anggota rumah tangga yang disumbangkan untuk memenuhi kebutuhan bersama maupun perseorangan dalam rumah tangga. Tingkat pendapatan keluarga merupakan pendapatan atau penghasilan keluarga yang tersusun mulai dari rendah hingga tinggi. Tingkat pendapatan setiap keluarga berbeda-beda. Terjadinya perbedaan tersebut dipengaruhi oleh banyak faktor antara lain jenis pekerjaan dan jumlah anggota keluarga yang bekerja (Suparyanto, 2014).

Menurut Winarno dalam Sugiasih (2013) sebagian besar pendapatan ditujukan untuk memenuhi kebutuhan pangan. Pendapatan merupakan faktor penting yang mempengaruhi kuantitas dan kualitas makanan. Pendapatan yang tinggi memiliki kesempatan besar dalam pemilihan makanan yang jumlah dan jenisnya lebih baik. Pendapatan keluarga berperan dalam menentukan status kesehatan seseorang terutama ibu hamil. Keluarga yang mampu membeli bahan makanan tergantung dari besar kecilnya pendapatan perbulannya. Semakin tinggi pendapatan maka akan semakin tinggi pula jumlah pembelanjannya. (Saputri, dkk, 2014).

4. Usia Ibu

Usia seorang ibu berkaitan dengan alat – alat reproduksi wanita. Umur reproduksi yang sehat dan aman adalah umur 20 – 35 tahun. Kehamilan diusia < 20 tahun dan diatas 35 tahun dapat menyebabkan anemia karena pada kehamilan diusia < 20 tahun secara biologis belum optimal emosinya cenderung labil, mentalnya belum matang sehingga mudah mengalami keguncangan yang mengakibatkan kurangnya perhatian terhadap pemenuhan kebutuhan zat – zat gizi selama kehamilannya. Sedangkan pada usia > 35 tahun terkait dengan kemunduran dan penurunan daya tahan tubuh serta berbagai penyakit yang sering menimpa diusia ini (Amiruddin dan Wahyuddin, 2004).

Kesiapan alat reproduksi wanita untuk hamil berhubungan dengan usia ibu hamil. Usia yang terbaik untuk hamil adalah pada usia 20-35 tahun. Bila wanita hamil dengan umur 35 tahun, akan mengalami fungsi faal tubuh tidak optimal, karena sudah masuk masa awal degeneratif. Oleh karenanya, hamil pada usia 35 tahun merupakan kehamilan yang berisiko yang dapat menyebabkan anemia juga dapat berdampak pada keguguran (abortus), bayi lahir dengan berat badan yang rendah (BBLR), dan persalinan yang tidak lancar (komplikasi persalinan). Faktor usia merupakan faktor yang perlu diperhatikan bagi seorang wanita untuk hamil (Depkes RI, 2005).

5. Status Gizi

Status gizi adalah keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi. Status gizi adalah gambaran tentang keseimbangan antara asupan dan kebutuhan gizi seseorang. Apabila asupan tersebut sesuai maka disebut gizi baik, jika kurang disebut gizi kurang dan apabila asupan lebih maka disebut gizi lebih. (Asyirah, 2012).

Cara penilaian status gizi pada ibu hamil dengan cara pengukuran Lingkar Lengan Atas (LILA). Ambang batas LILA dengan resiko urang Energi Kronik (KEK) di Indonesia adalah 23,5 cm. Apabila ukuran LILA kurang 23,5 cm atau dibagian merah pita LILA, artinya ibu hamil tersebut mempunyai resiko KEK dan diperkirakan akan melahirkan bayi dengan berat badan rendah (BBLR) (Supariasa, dkk, 2002).

Kehamilan menyebabkan meningkatnya metabolisme energi, karena itu kebutuhan energi dan gizi lainnya meningkat selama kehamilan terutama peningkatan kebutuhan zat besi. Hal ini disebabkan volume darah dalam tubuh meningkat 35%. Ini ekuevalen dengan 450mg zat besi untuk memproduksi sel-sel darah merah. Jika kebutuhan zat besi tidak terpenuhi maka akan menyebabkan anemia dalam kehamilan (Asyirah, 2012).

6. Konsumsi Tablet Fe

Kebutuhan ibu hamil akan Fe meningkat untuk pembentukan plasenta dan sel darah merah sebesar 200-300%. Perkiraan besaran zat besi yang perlu ditimbun selama hamil ialah 1040mg. Dari jumlah ini, 200mg Fe tertahan oleh tubuh ketika melahirkan dan 840mg sisanya hilang.

Sebanyak 300mg besi ditransfer ke janin, dengan rincian 50-75mg untuk pembentukan plasenta, 450mg untuk menambah jumlah sel darah merah, dan 200mg lenyap ketika melahirkan. Jumlah sebanyak ini tidak mungkin tercukupi hanya melalui diet. Karena itu, suplementasi zat besi perlu sekali diberlakukan, bahkan kepada wanita yang bergizi baik (Arisman, 2004).

Jumlah Fe yang dianjurkan pada ibu hamil adalah 18 mg perhari. Kebutuhan yang dianjurkan tersebut sulit diperoleh dari sumber makanan saja tanpa penambahan zat besi dalam makanan. Dalam makanan biasa terdapat 10-20 mg besi, tetapi hanya <10% dari jumlah tersebut yang diabsorpsi. Mengatasi masalah ini, WHO menganjurkan untuk memberikan suplementasi zat besi pada ibu hamil. Sejak tahun 1970 pemerintah sudah memulai program usaha perbaikan gizi keluarga dan telah mendistribusikan tablet zat besi. Setiap ibu hamil diharapkan meminum paling sedikit 90 tablet selama kehamilan (Depkes RI, 2005).

Menurut Fatonah (2016), setiap tablet untuk penanggulangan anemia gizi mengandung ferro sulfat 200mg atau setara dengan 60 mg besi elemental dan 0,25 mg asam folat. Tablet zat besi yang harus diminum ibu selama hamil adalah satu TTD setiap hari paling sedikit selama 90 hari pada masa kehamilan dan 40 hari setelah melahirkan. Hal yang harus diperhatikan dalam mengkonsumsi TTD adalah :

- a) Minum TTD dengan air putih, tidak dianjurkan meminumnya dengan teh, susu, atau kopi karena dapat menurunkan penyerapan zat besi dalam tubuh sehingga manfaatnya menjadi berkurang.

- b) Kadang dapat terjadi gejala ringan yang tidak membahayakan seperti perut terasa tidak enak, mual, susah buang air besar, dan feses berwarna hitam.
- c) Untuk mengurangi gejala sampingan, maka konsumsi TTD dianjurkan setelah makan malam dan menjelang tidur. Akan lebih baik bila setelah minum TTD disertai makan buah-buahan seperti pisang, pepaya, jeruk, dan lainnya.
- d) Menyimpan TTD di tempat kering, terhindar dari sinar matahari langsung, dijauhkan dari jangkauan anak-anak. TTD yang telah berubah warna sebaiknya tidak diminum.
- e) TTD tidak menyebabkan tekanan darah tinggi.

Ketidakpatuhan ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet besi sesuai anjuran petugas kesehatan merupakan suatu dampak dari ketidaktahuan mereka tentang pentingnya asupan zat besi yang cukup selama kehamilan. Ibu hamil dengan pengetahuan yang baik mengenai pentingnya zat besi dan akibat yang ditimbulkan apabila kekurangan zat besi dalam kehamilan akan cenderung membentuk sikap yang positif terhadap kepatuhan sehingga timbul tindakan patuh dalam mengkonsumsi tablet besi (Erwin, dkk, 2017).

7. Paritas

a. Pengertian

Paritas adalah jumlah kehamilan yang menghasilkan janin yang mampu hidup diluar rahim (28 minggu). Paritas mempengaruhi kejadian anemia pada kehamilan, semakin sering seorang wanita hamil dan melahirkan maka risiko mengalami anemia semakin besar karena kehamilan menguras cadangan zat besi dalam tubuh. (Syakira Husada, 2008 dalam Wahyu, WT, 2016).

Berdasarkan jumlahnya, maka paritas seorang perempuan dapat dibedakan menjadi :

1) *Nullipara*

Nullipara adalah perempuan yang belum pernah melahirkan anak sama sekali (Manuaba, 2009).

2) *Primipara*

Primipara adalah perempuan yang telah melahirkan seorang anak sebanyak satu kali (Manuaba, 2009).

3) *Multipara*

Multipara adalah wanita yang telah melahirkan dua hingga empat kali (Manuaba, 2009).

4) *Grandemultipara*

Grandemultipara adalah wanita yang telah melahirkan 5 orang anak atau lebih (Varney, 2006).

Semakin tinggi pendidikan, hidup manusia akan semakin berkualitas karena pendidikan yang tinggi akan membuahkan pengetahuan yang baik yang menjadikan hidup yang berkualitas (Notoadmodjo, 2003).

Semakin tinggi tingkat pengetahuan seseorang, maka perilaku akan lebih bersifat langgeng. Dengan kata lain ibu yang tahu dan paham tentang jumlah anak yang ideal, maka ibu akan berperilaku sesuai dengan apa yang ia ketahui. Latar belakang budaya juga mempengaruhi paritas antara lain adanya anggapan bahwa semakin banyak jumlah anak, maka semakin banyak rejeki (Friedman, 2005).