

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Ibu Primigravida**

##### **1. Definisi Ibu Primigravida**

Ibu hamil adalah wanita yang sedang mengandung janin dalam rahimnya mulai dari pembuahan (bertemunya sel telur dan sperma) hingga kelahiran. Proses ini umumnya berlangsung selama 280 hari (40 minggu atau 9 bulan 7 hari) atau sekitar 9 bulan dihitung dari haid terakhir (HPHT) (Kemenkes RI, 2022).

Primigravida merupakan istilah medis untuk wanita yang sedang hamil untuk pertama kalinya. Kata ini berasal dari bahasa latin, dimana *primi* berarti “pertama” dan *gravida* berarti “hamil”. Ibu primigravida yaitu keadaan dimana seorang ibu mengalami masa kehamilan untuk pertama kalinya. Dengan kemungkinan risiko tinggi sehingga dibutuhkan perhatian lebih oleh tenaga kesehatan dan perawatan antenatal. Wanita hamil dianggap paling ideal ketika rentan usia 20 tahun hingga 35 tahun. Apabila ibu yang mengalami masa kehamilan pertama dibawah usia 20 tahun disebut primigravida muda, sedangkan jika diatas usia 35 tahun maka disebut primigravida tua.

Tantangan oleh ibu primigravida yang dialami adalah baik secara perubahan fisik maupun emosional, hal ini karena merupakan pengalaman pertama kalinya dengan adaptasi hormonal, gejala fisik baru dan persiapan mental menjadi ibu. Sehingga persiapan yang baik sangat penting terutama

bekal pengetahuan untuk menjalani kehamilan dengan sehat dan aman. Istilah ini digunakan dalam konteks klinis untuk membedakan pengalaman kehamilan pertama dengan kehamilan berikutnya (multigravida). Menurut Riskita (2024), perbedaan primigravida dengan ibu hamil lainnya dalam beberapa hal sebagai berikut ini:

a. Pengalaman dan Pengetahuan

Hal ini merupakan pengalaman kehamilan pertamanya, seorang primigravida mungkin memiliki keterbatasan pengetahuan mengenai perubahan fisik, emosional dan psikologis yang terjadi selama masa kehamilan.

b. Kemungkinan mengalami risiko komplikasi

Primigravida memiliki risiko lebih tinggi mengalami komplikasi seperti preeklampsia, persalinan prematur dan kelahiran dengan tindakan operasi (caesar). Hal ini disebabkan oleh kurangnya pengalaman tubuh dalam menghadapi proses kehamilan.

c. Perhatian medis ekstra

Sebagai ibu primigravida seringkali membutuhkan konsultasi dan dukungan yang lebih intens dari tenaga kesehatan. Kurangnya pengalaman menjadi alasan sehingga memerlukan penjelasan dan informasi yang akurat mengenai segala aspek kehamilan, persalinan dan masa nifas.

d. Kondisi fisik

Primigravida seringkali mengalami perubahan fisik yang signifikan. Selain itu peragangan otot-otot dan ligamen pada ibu hamil pertama kali cenderung lebih terasa dibandingkan dengan ibu yang sudah pernah hamil sebelumnya.

e. Persiapan mental dan emosional

Kehamilan pertama seringkali diiring dengan perasaan tidak pasti dan mengalami tingkat kecemasan yang lebih tinggi, hal ini karena kurangnya pengalaman dalam menghadapi kehamilan dan persalinan. Sehingga untuk mengatasinya mereka membutuhkan dukungan emosional lebih dari keluarga dan tenaga kesehatan ataupun bidan agar dapat meningkatkan kualitas hidup selama kehamilan.

2. Karakteristik Ibu Primigravida

Calon ibu terutama primigravida perlu mempersiapkan diri secara fisik dan psikologis sejak sebelum, selama dan sesudah kehamilan. Terlebih selama hamil perubahan yang terjadi lebih kearah keluhan akibat adanya perubahan hormonal. Hal ini akan membuat calon ibu primigravida yang belum memiliki pengalaman sebelumnya harus mempunyai pengetahuan mengenai perubahan yang terjadi didalam dirinya. Dengan demikian calon ibu primigravida menjadi lebih peraya diri dan tidak mudah mengalami kecemasan berlebih menghadapi kehamilan dan persalinan pertamanya. Menurut Junaedi (2009), dalam bukunya yang berjudul mempersiapkan

kehamilan sehat, menyatakan bahwa karakteristik ibu hamil sebagai berikut:

a. Mengidam

Penyebab ngidam yang dialami ibu hamil belum memiliki kepastian, hal ini bisa karena tubuh kekurangan sejumlah nutrisi atau zat gizi tersebut. Dugaan terbesar karena perubahan kadar hormon pada ibu hamil. Itulah mengapa mengidam biasa terjadi di awal-awal kehamilan. Tetapi bisa juga berlangsung sepanjang kehamilan, biasanya karena masalah psikologis.

b. Perubahan Hormonal

Meningkatnya hormon seperti estrogen dan progesteron yang memengaruhi tubuh termasuk mual, muntah dan kelelahan. Hal ini juga yang menyebabkan *poliuri* atau sering kecil karena semua sistem di dalam tubuh naik sehingga produksi urine juga naik. Selain itu *morning sickness* atau mual-muntah dipagi hari, biasanya berlangsung sejak kehamilan 5-7 minggu dan berhenti saat kehamilan berumur 12-14 minggu. Kemudian jaringan otot halus di pencernaan melemas akibatnya makanan berjalan lambat sehingga perut terasa kembung.

c. Perubahan Emosional

Wanita dengan kehamilan pertamanya akan dihadapi perubahan besar dalam tahap kehidupannya yaitu peralihan masa remaja ke dewasa hingga menjadi orang tua. Hal ini dapat menjadi beban psikis ibu hamil menimbulkan konflik emosional. Perasaan cemas berlebih hingga stress

disebabkan karena individu harus beradaptasi dengan peran baru, tanggung jawab, dan identitas yang berbeda.

d. Perubahan Fisik

Ibu primigravida memerlukan adaptasi yang lebih terhadap perubahan fisik saat kehamilan, tubuh mungkin belum terbiasa akan hal tersebut seperti peningkatan berat badan, pembesaran rahim, dan perubahan pada payudara

e. Menurunnya Ketahanan Tubuh

Ketahanan tubuh belum terbiasa dengan tekanan fisik dari kehamilan, sehingga lebih rentan terhadap ketidaknyamanan seperti sembelit, sakit kepala, mimisan, nyeri punggung dan kram. Saat hamil muda terjadi karena kurangnya beberapa vitamin dan mineral. Sedangkan pada kehamilan tua disebabkan rahim menekan saluran darah di panggul, sehingga otot-otot kurang mendapatkan darah

3. Tantangan Khusus pada Ibu Primigravida

Kehamilan pertama adalah momen transformasi yang menuntut seseorang wanita menjalankan berbagai tugas menjadi seorang ibu, hal ini tak lepas dari tantangan yang harus dihadapinya. Menurut Bobak (2012), pertumbuhan manusia membutuhkan penguasaan tugas perkembangan tertentu pada berbagai tahapan kehidupan, tantangan yang dihadapi dalam menjalankan tugas tersebut yaitu:

a. Menerima kehamilan anak pertama

Kehamilan pertama seringkali melibatkan tantangan emosional dan psikologis. Mereka perlu menyesuaikan diri dengan perubahan fisik tubuh, menghadapi kecemasan tentang peran baru sebagai ibu dan menerima tanggung jawab besar yang datang dengan kehamilan

b. Mengidentifikasi peran ibu

Mengidentifikasi peran sebagai ibu dapat menjadi tantangan cukup besar terutama keterbatasan pengalaman dan pengetahuan yang dimilikinya. Ketidaktahuan dalam proses kehamilan, persalinan hingga perawatan bayi yang memicu kecemasan, hal ini sangat penting untuk dibutuhkan pengetahuan yang lebih dan pelatihan dari tenaga medis agar membantu mereka siap dan percaya diri dalam menjalani peran sebagai ibu.

c. Mengatur hubungan baik antara dirinya dan pasangan

Mengatur hubungan antara dirinya dan pasangan seringkali menjadi tantangan karena perasaan cemas dan perubahan hormon yang muncul juga ketidakpastian mengenai peran baru sebagai orangtua memengaruhi komunikasi dan kesekatan dengan pasangan. Perbedaan harapan maupun pendapat seperti persiapan kehamilan serta pengasuhan anak dapat menambah stress. Sehingga dibutuhkan dukungan komunikasi terbuka, dan pemahaman satu sama lain sangat penting untuk menjaga hubungan harmonis selama kehamilan.

d. Membangun hubungan dengan anak yang belum lahir

Mengatur hubungan dengan anak yang belum lahir bisa menjadi tantangan yang sulit dalam membangun ikatan dengan janin karena keterbatasan pemahaman. Kedekatan emosional antara ibu dengan bayi dalam kandungan sangat dibutuhkan, hal ini didukung oleh edukasi tentang perkembangan janin, serta berbagi pengalaman dengan orangtua maupun ibu-ibu lainnya agar dapat membantu membangun komunikasi dengan janin dan lebih siap untuk menjalani peran sebagai ibu.

e. Mempersiapkan diri untuk menghadapi pengalaman persalinan

Hal ini menjadi tantangan karena kecemasan berlebihan dapat memperburuk rasa takut. Persiapan yang perlu dilakukan yaitu melalui pendidikan pranatal, dukungan dari pasangan, serta berkonsultasi dengan tenaga medis akan sangat membantu ibu primigravida lebih siap secara fisik dan mental.

## **B. Anemia pada Ibu Hamil**

### **1. Definisi Anemia**

Anemia diartikan suatu kondisi di mana tubuh tidak memiliki cukup sel darah merah yang sehat. Sel darah merah berfungsi untuk menyediakan oksigen ke jaringan tubuh. Sehingga ketika tubuh tidak memiliki cukup sel darah merah, oksigen yang terbawa untuk jaringan tubuh akan semakin sedikit. Sel darah merah yang sehat bertahan sekitar 90 - 120 hari.

Pada sel darah merah, terdapat hemoglobin yang merupakan protein pembawa oksigen di dalam sel darah merah. Hemoglobin memberi warna pada sel darah merah. Namun, pada penderita anemia, sel darah merah tidak memiliki hemoglobin yang cukup. (Emmy Hastuti, 2022). Anemia merupakan kondisi dimana sel darah merah atau hemoglobin (Hb) tidak mencukupi kebutuhan fisiologis tubuh. Kebutuhan fisiologis tersebut berbeda pada setiap orang, dimana dapat dipengaruhi oleh jenis kelamin, tempat tinggal, perilaku merokok, dan tahap kehamilan (Kusumastuti, 2022).

Menurut Ani (2020), dalam bukunya menjelaskan bahwa anemia defisiensi besi adalah anemia yang timbul akibat menurunnya jumlah zat besi dalam tubuh sehingga cadangan besi untuk eritropoiesis berkurang. Hal ini ditandai oleh anemia hipokromik mikrositer, besi serum menurun, feritin serum menurun serta adanya respons terhadap pengobatan tablet zat besi. Anemia defisiensi besi menempati urutan pertama selain anemia lainnya seperti anemia pernisiiosa, anemia aplastik, dan defisiensi asam folat.

## 2. Definisi Anemia pada Ibu Hamil

Anemia adalah suatu kondisi dimana jumlah sel darah merah lebih rendah dari yang seharusnya atau konsentrasi hemoglobin di dalam sel darah merah lebih rendah dari normal. Anemia pada ibu hamil di negara berkembang umumnya diduga karena kekurangan zat besi. Hal itu menjadikan anemia masalah kesehatan masyarakat karena berhubungan



dengan meningkatnya resiko morbiditas, mortalitas pada saat ibu melahirkan. Ibu hamil termasuk kelompok yang sangat rentan mengalami anemia, hal ini disebabkan oleh karena meningkatnya kebutuhan tubuh ibu akan zat besi, seiring dengan bertambahnya usia kehamilan.

Pertumbuhan dan perkembangan di dalam kandungan sangat penting, artinya karena semua organ sedang dalam masa pembentukan, bertumbuh dan berkembang selama dalam kandungan. Hampir semua organ tubuh telah selesai pertumbuhannya saat setelah dilahirkan. Oleh sebab itu, gangguan pada periode ini akan meningkatkan risiko gangguan pada fungsi berbagai organ tubuh, kecuali pada organ yang masih dapat berkembang setelah bayi dilahirkan, yaitu otak, hati dan sistem imun. Berbagai kondisi status gizi dan lingkungan ibu hamil dapat membuat janin tumbuh dalam keterbatasan. Pembelahan dan pembesaran sel-sel janin mengikuti ketersediaan zat gizi yang diterima selama dalam kandungan (Achadi *et al.*, 2021).

### 3. Klasifikasi Anemia

Rekomendasi *World Health Organization* (WHO) tentang pengelompokan anemia (g/dL) berdasarkan umur:

**Tabel 2.1 Pengelompokan Anemia (g/dL) Ibu Hamil**

Tidak Anemia	Anemia			
	Ringan Sekali	Ringan	Sedang	Berat
11	10.0-10.9	8.0-9.9	6.0-7.9	< 6.0

(Sumber: Kemenkes RI (2023))

Kebutuhan zat besi pada masa kehamilan rata-rata sekitar 800mg. Kebutuhan ini terdiri dari, atas 300mg yang diperlukan untuk janin dan

plasenta, serta 500mg lagi digunakan untuk meningkatkan massa hemoglobin maternal, kurang lebih 200mg lebih akan dieksresikan lewat usus, urin, dan kulit.

#### 4. Gejala Anemia pada Ibu Hamil

Tanda dan gejala yang ditemukan pada ibu hamil dengan defisiensi besi mirip dengan gejala anemia pada umumnya, yaitu akibat penurunan penghantaran oksigen ke jaringan. Pada kondisi awal, pasien akan memiliki toleransi yang rendah untuk melakukan aktivitas fisik, sesak saat beraktifitas ringan, serta mudah lelah.

Berikut ini paparan menurut Kemenkes RI (2020) tentang Panduan Pedoman Pemberian Tablet Fe pada ibu hamil didalamnya disampaikan bahwa tanda dan gejala anemia pada ibu hamil diantaranya:

- a. Lesu, lelah, letih, lemah, lunglai (5L)
- b. Kelopak mata pucat
- c. Lidah dan bibir pucat
- d. Mata berkunang-kunang
- e. Pusing

#### 5. Faktor Penyebab Anemia pada Ibu Hamil

Defisiensi besi muncul akibat berkurangnya cadangan zat besi dalam tubuh. Kondisi ini terjadi ketika penyerapan zat besi tidak mencukupi kebutuhan metabolisme untuk pertumbuhan dan penggantian zat besi yang hilang, terutama karena kehilangan darah yang kronis. Faktor utama penyebab defisiensi besi yaitu meliputi asupan zat besi rendah dengan

efisiensi penyerapan zat besi dalam tubuh buruk, peningkatan kebutuhan zat besi pada masa pertumbuhan pesat, kehamilan dan menstruasi serta kehilangan darah berlebihan akibat infeksi dan gangguan penyerapan (Kemenkes RI, 2024). Pada wanita hamil terutama pada trimester II-III kebutuhan besi meningkat, oleh karena itu kelompok ini mempunyai risiko tinggi untuk mengalami defisiensi besi.

Dalam Panduan Pedoman Pemberian Tablet Fe pada ibu hamil didalamnya disampaikan bahwa penyebab anemia pada ibu hamil diantaranya yaitu:

- a. Pola makan yang kurang beragam dan bergizi seimbang  
Setiap asupan makanan pada ibu hamil harus mengandung protein, karbohidrat, dan zat gizi mikro (vitamin dan mineral).
- b. Kurang asupan makanan yang mengandung zat besi  
Makanan yang mengandung zat besi diantaranya hati, telur, ikan, daging, sayuran dan buah berwarna.
- c. Kehamilan yang berulang dalam waktu yang singkat  
Jarak kehamilan dalam waktu yang singkat jika kehamilan berikutnya < 2 tahun.
- d. Ibu hamil mengalami Kekurangan Energi Kronis (KEK)  
Ibu hamil dikatakan KEK apabila Lingkar Lengan Atas (LiLA) < 23,5 cm.
- e. Ibu hamil mengalami infeksi yang menyebabkan kehilangan zat besi.  
Contohnya yaitu ibu hamil mengalami kecacingan dan malaria (terutama daerah endemik malaria).

## 6. Dampak Anemia Pada Ibu Hamil

Dalam Panduan Pedoman Pemberian Tablet Fe pada ibu hamil didalamnya disampaikan bahwa dampak yang ditimbulkan dari anemia pada ibu hamil diantaranya yaitu:

- a. Fungsi kekebalan tubuh menurun
- b. Meningkatkan risiko terjadinya infeksi
- c. Menurunkan kualitas hidup

Menurunkan kualitas hidup yang dapat berdampak kepada keguguran/abortus, perdarahan yang dapat menyebabkan kematian ibu, bayi lahir prematur (lahir kurang dari 9 bulan), bayi lahir dengan rendah (BB<2500 gr) dan pendek (PB<48 cm), bila ibu mengalami anemia berat, bayi berisiko lahir mati (Kemenkes RI, 2020).

Menurut Ani (2020), dalam bukunya mengatakan bahwa anemia defisiensi besi dapat menyebabkan berkurangnya penyediaan oksigen untuk jaringan. Hal ini dapat mengakibatkan berbagai kelainan fungsional seperti gangguan kapasitas kerja, gangguan proses mental, gangguan imunitas, dan ketahanan fisik dan gangguan terhadap ibu serta perkembangan janinnya. Ibu hamil yang sehat dan bergizi baik berpeluang mengandung dan melahirkan bayi sehat dan bergizi baik pula, maupun sebaliknya.

## 7. Upaya Pencegahan Anemia pada Ibu Hamil

Dalam Panduan Pedoman Pemberian Tablet Fe pada ibu hamil didalamnya disampaikan bahwa upaya pencegahan anemia pada ibu hamil diantaranya yaitu :

- a. Perbanyak konsumsi makanan kaya zat besi dan protein, seperti hati, telur, unggas, daging, ikan, kacang-kacangan, sayuran hijau dan buah berwarna merah atau kuning
- b. Makanan beranekaragam makanan bergizi seimbang dengan penambahan satu porsi makanan dalam sehari
- c. Menggunakan alas kaki untuk mencegah infeksi cacing tambang
- d. Untuk wilayah endemik malaria menggunakan kelambu ditempat tidur sebagai upaya pencegahan malaria
- e. Minum tablet Fe minimal 90 tablet selama kehamilan

Menurut Ani (2020), dalam bukunya mengatakan bahwa pencegahan anemia dalam kehamilan dapat dilakukan secara primer dengan meningkatkan pengetahuan dan merubah sikap menjadi positif melalui edukasi tentang menjaga kebersihan lingkungan dan personal agar terhindar dari paparan kuman infeksi dan asupan gizi dan zat besi yang cukup selama kehamilan, dimana edukasi bisa diberikan saat melakukan kunjungan ANC sekaligus mendapatkan tablet Fe, pencegahan secara sekunder dilakukan dengan melaksanakan deteksi dini melalui pemeriksaan pengukuran indikator baik secara tunggal maupun campuran seperti kadar hemoglobin, feritin, MCV, dan RDW.

### C. Tablet Fe pada Ibu Hamil

#### 1. Definisi Tablet Fe

Tablet Fe merupakan tablet Fe yang mengandung senyawa zat besi yang setara dengan 60mg besi elemental dan 400mcg asam folat. Kesetaraan besi elemental dan tingkat bioavailabilitasnya berbeda berdasarkan senyawa besi yang digunakan. Oleh karenanya, menurut Kemenkes RI (2018), program konsumsi Tablet Tambah Darah maupun konsumsi mandiri harus mengacu pada ketentuan berikut ini:

**Tabel 2.2 Senyawa Zat Besi Setara Dengan 60 Mg Besi Elemental**

Senyawa Besi	Komplikasi senyawa besi/tablet (mg)	Bioavailabilitas zat besi (%)	Kandungan besi elemental (mg)
Ferro fumarat	180	33	60
Ferro Gluconat	500	12	60
Ferro Fumarat (7 H <sub>2</sub> O)	300	20	60
Ferro Sulfat, Anhydrous	160	37	60
Ferro Sulfat Exsiccated (1H <sub>2</sub> O)	200	30	60

(Sumber: WHO (2012) dan adaptasi INACG (1988))

#### 2. Tablet Fe pada Ibu Hamil

Pertumbuhan janin di dalam kandungan memerlukan berbagai macam gizi termasuk zat besi, energi, protein, vitamin dan mineral. Gizi yang diperoleh janin berasal dari asupan konsumsi ibu yang menjadi persediannya. Oleh sebab itu, sebelum memasuki kehamilan, seorang ibu seharusnya sudah mempunyai persediaan kebutuhan gizi yang cukup. Dalam mencegah kejadian anemia pada ibu hamil pemerintahan sesuai Depkes RI sejak tahun 1970 telah menganjurkan meminum tablet Fe

minimal 90 tablet selama kehamilan. Program ini dilaksanakan di Puskesmas dan Posyandu dengan mendistribusikan tablet tambah darah, dimana 1 tablet berisi 200 mg fero sulfat dan 0,25 mg asam folat (setara dengan 60 mg besi dan 0,25 mg asam folat).

Menurut Ani (2020), dalam bukunya mengatakan bahwa jumlah kebutuhan zat besi untuk rata-rata kehamilan sekitar 840mg, sekitar 350mg ditransfer ke janin dan plasenta, 250mg hilang dalam darah dan 250mg hilang melalui sel basal, kemudian diperlukan 450mg tambahan zat besi untuk ekspansi massa eritrosit maternal dan berkontribusi penurunan cadangan besi. Jika pada saat sebelum hamil dan trimester 1 kebutuhan zat besi sekitar 1,4 mg/hari, pada saat trimester 2 ibu hamil memerlukan tambahan zat besi 3,5 mg/hari dan trimester 3 membutuhkan zat besi sebanyak 7 mg/hari dari total kebutuhan sebelum hamil, oleh karena itu ibu hamil sangat dianjurkan untuk mengonsumsi tablet Fe.

Berikut yang dijelaskan Kemenkes RI (2018), dalam Pedoman Penatalaksanaan Pemberian Tablet Fe pada Ibu hamil:

a. Cara Pemberian Tablet Fe pada Ibu Hamil

- 1) Ibu hamil dapat memperoleh tablet Fe pada bidan atau tenaga gizi melalui perjanjian dengan menerapkan prinsip pencegahan infeksi.
- 2) Ibu hamil dapat mengonsumsi tablet Fe mandiri dengan kandungan zat besi sekurang-kurangnya 60 mg besi elemental dan 400 mcg asam folat (sama dengan suplemen program) dapat dibeli di apotek atau toko obat.

- 3) Ibu hamil harus mencatat pada kartu kontrol minum tablet Fe dalam buku KIA atau mencatatnya secara manual untuk nantinya dilaporkan kepada bidan atau tenaga gizi.
- 4) Melakukan komunikasi dengan cara menghubungi bidan atau tenaga gizi melalui SMS, telepon, sosial media atau aplikasi chat apabila ada pertanyaan yang tidak dapat dimengerti.
- 5) Bidan atau tenaga gizi dapat melakukan kunjungan rumah ke ibu hamil untuk mendistribusikan tablet Fe dengan perjanjian sebelumnya dengan tetap menerapkan prinsip pencegahan infeksi

b. Cara Mendapatkan Tablet Fe

Cara mendapatkan tablet Fe bisa diperoleh saat pemeriksaan kehamilan di pelayanan kesehatan seperti posyandu dan puskesmas sehingga bidan desa, tenaga gizi ataupun tenaga kesehatan lainnya dapat memberikan secara gratis pada ibu hamil. Cara lainnya yaitu ibu hamil dapat melakukan komunikasi dengan bidan secara langsung mendatangi rumahnya ataupun secara tidak langsung menghubungi melalui via telepon untuk meminta tablet Fe.

c. Pencatatan, Pelaporan dan Pemantauan Program

Ibu hamil mencatat di kartu kontrol minum tablet Fe pada buku Kesehatan Ibu dan Anak (KIA) untuk dilaporkan kepada bidan atau tenaga gizi ketika melakukan pemeriksaan di posyandu dan puskesmas agar mereka dapat melakukan pemantauan program tablet Fe sebagai langkah pengendalian dan pencegahan kejadian anemia pada ibu hamil.



### 3. Manfaat Tablet Fe pada Ibu Hamil

Tablet Fe (zat besi) berperan sebagai sebuah komponen yang membentuk *mioglobin*, yakni protein yang mendistribusikan oksigen menuju otot, membentuk enzim, dan kolagen. Selain itu, zat besi juga berperan bagi ketahanan tubuh (Kemenkes RI, 2018)

Manfaat Tablet Fe bagi ibu hamil memiliki beberapa fungsi sebagai berikut ini:

- a. Menambah asupan nutrisi pada janin
- b. Mencegah anemia defisiensi zat besi
- c. Mencegah perdarahan saat masa persalinan
- d. Menurunkan risiko kematian pada ibu karena perdarahan pada saat persalinan

### 4. Efek Samping Tablet Fe pada Ibu Hamil

Menurut Kemenkes RI (2018), dalam pedoman penatalaksanaan pemberian tablet Fe bahwa Efek samping minum tablet Fe terjadi pada individu tertentu, konsumsi tablet Fe dapat menimbulkan gejala seperti perih, mual, tinja atau feses berwarna kehitaman, nyeri di daerah lambung, muntah dan kadang-kadang terjadi diare atau sulit buang air besar.

Mual, selain bisa muncul karena mengonsumsi tablet Fe, dapat juga merupakan kondisi yang umum terjadi pada ibu hamil pada trimester pertama kehamilan. Oleh karena itu perlu diberikan pengertian bahwa penyebab mual tersebut bukanlah semata-mata karena tablet Fe. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi mual atau gejala lainnya

seperti nyeri lambung adalah dengan mengonsumsi tablet Fe pada malam hari menjelang tidur.

Perlu disampaikan bahwa gejala-gejala tersebut tidak berbahaya, namun untuk meminimalkan efek samping tersebut tidak dianjurkan untuk mengonsumsi tablet Fe dalam kondisi perut kosong. Maka dari itu tidak perlu khawatir karena tubuh akan menyesuaikan sehingga gejala semakin berkurang dengan berjalannya waktu

#### **D. Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe pada Ibu Hamil**

##### **1. Definisi Kepatuhan**

Kepatuhan didefinisikan sebagai perilaku individu atau kelompok dalam mengikuti anjuran ataupun aturan dengan konsisten termasuk dalam upaya memelihara kesehatan hal ini didasari oleh kesadaran, motivasi, pengawasan, kemudahan akses, dan konteks sosial. Menurut Notoatmodjo (2007), Kepatuhan merupakan suatu perubahan perilaku yang tidak mentaati peraturan ke perilaku yang mentaati peraturan.

Kepatuhan dapat diartikan sebagai tingkat sejauh mana seseorang mengikuti rekomendasi yang telah disepakati tenaga kesehatan serta menaati seluruh instruksi terkait pengobatan medis termasuk konsumsi obat sesuai anjuran (Wipayani dalam Fihiruddin, 2021). Kepatuhan terhadap zat besi dapat dinilai dengan beberapa indikator yang digunakan meliputi ketepatan jumlah tablet yang dikonsumsi, kecukupan asupan zat besi serta

frekuensi konsumsi harian (Putri *et al.*, 2023). Kepatuhan dalam penelitian ini yaitu kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet Fe.

## 2. Indikator Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe pada Ibu Hamil

Berikut ini paparan menurut Kemenkes RI (2020) tentang Panduan Pedoman Pemberian Tablet Fe pada ibu hamil didalamnya disampaikan bahwa indikator kepatuhan diantaranya :

### a. Frekuensi Konsumsi Tablet Fe

Hal ini dinilai dari seberapa sering ibu hamil mengonsumsi Tablet Fe sesuai dengan jumlah yang dianjurkan dalam waktu tertentu. Dalam rangka pencegahan anemia minimal konsumsi 90 tablet selama masa kehamilan. Sehingga jumlah ideal yang dikonsumsi perminggunya sebanyak 7 tablet. Evaluasi dapat dilakukan dengan melihat hasil laporan pencatatan di kartu kontrol dalam buku KIA (Kesehatan Ibu Hamil) oleh petugas kesehatan atau laporan langsung dari ibu hamil.

### b. Waktu Konsumsi

Kepatuhan ibu hamil mengonsumsi Tablet Fe pada waktu yang tepat untuk memaksimalkan efektivitas. Waktu yang lebih efektif untuk mencegah anemia yaitu sebaiknya pada waktu yang sama setiap harinya pada malam hari setelah makan untuk meminimalisir efek samping seperti mual.

### c. Penggunaan Sesuai Dosis

Tingkat kepatuhan ibu terhadap dosis yang direkomendasikan sesuai anjuran satu tablet per hari dimana 1 tablet berisi 200 mg fero

sulfat dan 0,25 mg asam folat (setara dengan 60 mg besi dan 0,25 mg asam folat). Perlu diperhatikan untuk tidak mengurangi atau melebihi dosis harian tanpa rekomendasi tenaga kesehatan.

d. Ketepatan Cara Konsumsi

Instruksi untuk memastikan efektivitas penyerapan zat besi, seperti berikut ini:

- 1) Tablet Fe dikonsumsi bersama makanan atau minuman yang mengandung Vitamin C seperti buah segar, sayuran dan jus buah, agar penyerapan zat besi didalam tubuh lebih baik
- 2) Tablet Fe dikonsumsi bersama air putih, tidak dengan minuman lain yang menghambat penyerapan zat besi seperti teh, kopi, dan susu.
- 3) Tablet Fe tidak dikonsumsi bersamaan obat atau suplemen lain yang dapat mengganggu keefektifitasannya, seperti obat sakit maag dan tablet calk.
- 4) Tablet Fe dikonsumsi tidak dikunyah karena dirancang untuk diminum langsung

3. Dampak Ketidapatuhan Konsumsi Tablet Fe pada Ibu Hamil

a. Dampak pada Ibu Hamil

1) Anemia Defisiensi Besi

Kebutuhan zat besi wanita selama kehamilan meningkat. Anemia akibat kekurangan zat besi merupakan komplikasi utama ketidakpatuhan konsumsi Tablet Fe selama masa kehamilan minimal 90 tablet. Risiko yang terjadi yaitu penurunan hemoglobin

(Hb < 11 g/dL) sehingga kekurangan oksigen dan menyebabkan kelelahan, pusing, dan penurunan daya tahan tubuh yang memengaruhi aktivitas harian ibu hamil. Cakupan pemberian Tablet Fe yang tinggi tidak berdampak pada anemia jika tingkat kepatuhan ibu hamil terhadap konsumsi Tablet Fe masih rendah. Oleh karena itu kepatuhan diukur dari jumlah tablet yang dikonsumsi, cara mengonsumsi dan frekuensi setiap hari sebagai upaya mencegah anemia utamanya defisiensi besi.

## 2) Peningkatan Risiko Komplikasi Persalinan

Kebutuhan zat besi meningkat bukan hanya masa kehamilan namun saat melahirkan. Ibu hamil harus memenuhi kebutuhan zat besi dirinya sendiri dan janinnya. Setiap ibu hamil disarankan untuk mengonsumsi Tablet Fe karena perdarahan saat melahirkan dapat menyebabkan kehilangan zat besi yang lebih besar. Ibu hamil dengan anemia cenderung mengalami komplikasi dan gangguan pembekuan darah yang memperbesar risiko perdarahan saat atau setelah melahirkan. Selain itu terdapat pengaruh anemia dengan komplikasi persalinan seperti perdarahan postpartum dan infeksi, yaitu sulitnya pemulihan akibat kekurangan hemoglobin.

## 3) Kematian Ibu

Anemia berat (Hb < 7 g/dL) terkait langsung dengan faktor utama meningkatnya angka kematian ibu, terutama di negara berkembang. Ketidakepatuhan konsumsi Tablet Fe selama kehamilan

secara signifikan meningkatkan risiko kematian ibu akibat anemia defisiensi besi. Anemia defisiensi besi mengurangi kapasitas hemoglobin untuk mengangkut oksigen sehingga mengurangi kemampuan tubuh untuk menghadapi kehilangan darah selama persalinan, hal ini disebabkan oleh gangguan fungsi organ vital, kelelahan dan lemahnya daya tahan tubuh untuk menghadapi komplikasi. Penanganan yang terlambat akibat kurangnya hemoglobin dapat memperburuk kondisi ini, sehingga konsumsi Tablet Fe secara teratur sangat penting untuk mencegah kematian ibu.

b. Dampak pada Janin

1) Berat Badan Lahir Rendah (BBLR)

Ketidakpatuhan dalam mengonsumsi Tablet Fe selama kehamilan berkontribusi pada anemia defisiensi besi, yang berisiko tinggi menyebabkan berat badan lahir rendah (BBLR) pada bayi. Hal ini disebabkan kurangnya pasokan oksigen dan nutrisi yang cukup untuk janin sehingga menghambat pertumbuhan janin dalam kandungan. Ibu dengan kadar hemoglobin rendah akibat anemia defisiensi besi lebih mungkin melahirkan bayi dengan berat badan dibawah 2.500 gram. Hal ini tidak hanya memengaruhi kesehatan bayi setelah lahir, tetapi juga meningkatkan risiko komplikasi jangka panjang seperti keterlambatan perkembangan fisik dan mental pada bayi.

## 2) Tumbuh Kembang Janin Terhambat

Ketidakpatuhan dalam mengonsumsi Tablet Fe selama kehamilan dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan janin, seperti retradasi pertumbuhan intrauterin (IUGR) atau kondisi dimana pertumbuhan janin dalam kandungan lebih lambat dari seharusnya, sehingga ukuran atau berat janin lebih kecil dibandingkan usia kehamilan. Hal ini disebabkan oleh kurangnya pasokan zat besi yang dibutuhkan untuk pembentukan hemoglobin, yang berperan penting dalam transportasi oksigen dan nutrisi ke janin. Akibatnya, janin tidak mendapatkan suplai yang cukup untuk mendukung pertumbuhan optimalnya.

## 3) Prematuritas

Zat besi diperlukan untuk mendukung pembentukan hemoglobin, yang penting untuk mengangkut oksigen dan nutrisi ke plasenta serta janin. Defisiensi zat besi dapat menyebabkan gangguan suplai oksigen ke janin, sehingga meningkatkan kemungkinan kelahiran sebelum usia kehamilan 37 minggu. Kelahiran prematur tidak hanya membawa risiko kesehatan bagi bayi, seperti gangguan pernapasan dan perkembangan, tetapi juga meningkatkan beban pada sistem kesehatan karena memerlukan perawatan intensif neonatal. Oleh karena itu, kepatuhan konsumsi Tablet Fe selama kehamilan menjadi langkah penting untuk mendukung kesehatan ibu dan bayi.

#### 4) Kematian Perinatal

Anemia defisiensi besi pada ibu dapat menyebabkan komplikasi seperti pertumbuhan janin terhambat, kelahiran prematur, dan perdarahan saat persalinan. Semua ini secara langsung meningkatkan risiko kematian perinatal, yang mencakup kematian bayi sebelum, selama, atau segera setelah kelahiran. Bayi yang lahir dari ibu dengan anemia berat, lebih rentan mengalami kematian saat lahir atau beberapa hari setelahnya karena gangguan fungsi organ. Oleh karena itu kepatuhan konsumsi Tablet Fe sangat penting untuk mencegah komplikasi ini

#### c. Dampak Jangka Panjang

##### 1) Gangguan Jangka Panjang

Anemia pada ibu yang diakibatkan ketidakpatuhan mengonsumsi Tablet Fe dapat berdampak signifikan terhadap risiko gangguan perkembangan anak, termasuk gangguan neurokognitif, emosi, dan sosial. Tablet Fe membantu memenuhi kebutuhan zat besi yang meningkat selama kehamilan, yang esensial untuk perkembangan otak janin. Kekurangan zat besi pada masa prenatal dapat mengganggu proses pembentukan mielin, neurotransmisi, dan fungsi otak lainnya, sehingga berpotensi menyebabkan gangguan perkembangan saraf seperti keterlambatan kognitif, gangguan motorik, dan masalah perilaku pada anak.



## 2) Penurunan Cadangan Besi Neonatus

Ketidakpatuhan konsumsi Tablet Fe selama kehamilan dapat berdampak serius pada cadangan zat besi neonatus. Ketika ibu mengalami defisiensi zat besi, plasenta cenderung mempertahankan zat besi untuk fungsi sendiri, mengurangi pasokan ke janin. Hal ini mengakibatkan rendahnya cadangan zat besi pada bayi baru lahir, yang penting untuk fungsi hemoglobin dan perkembangan otak. Penurunan cadangan zat besi neonatal dapat menyebabkan risiko gangguan neurokognitif, seperti keterlambatan perkembangan dan masalah perilaku, serta meningkatkan kerentanan terhadap anemia di awal kehidupan atau risiko anemia pada masa bayi.

## **E. Perilaku Kesehatan berdasarkan Pendekatan Teori *Health Beliefs Model* (HBM)**

### 1. Definisi Perilaku

Perilaku merupakan suatu kegiatan aktivitas yang dikerjakan oleh organisme tersebut yaitu manusia itu sendiri, hal ini dimaksud sangat luas mencakup berjalan, berbicara, bereaksi dan lainnya, bahkan kegiatan internal seperti berpikir, persepsi dan emosi, maka dapat diamati secara langsung ataupun tidak langsung (Notoatmodjo, 2007). Setiap makhluk hidup melakukan tindakan atau beragam aktivitas yang disebut perilaku. Perilaku manusia mencerminkan keragaman kemampuan yang berbeda setiap individu dan dapat dipengaruhi oleh faktor internal seperti jenis kelamin,

kepribadian, dan bakat maupun eksternal seperti lingkungan, pendidikan dan sosial ekonomi.

Menurut Katmini (2021), dalam bukunya ilmu sosial dan perilaku kesehatan menyatakan bahwa domain perilaku manusia yaitu dibagi 3 yaitu pengetahuan, sikap, dan praktek. Pertama, domain pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan terjadi melalui panca indera seseorang terhadap suatu objek, hal ini menjadi domain yang sangat penting bagi terbentuknya perilaku. Kedua, domain sikap adalah penilaian atau pendapat terhadap sesuatu berupa objek, orang atau isu, yang dapat memengaruhi seseorang individu berperilaku atau berinteraksi dalam berbagai situasi sosial. Ketiga domain praktek hal ini diperlukan sebagai faktor pendukung terwujudnya suatu tindakan dengan tingkatan persepsi, respon, mekanisme dan adopsi.

## 2. Perilaku Kesehatan

Perilaku kesehatan adalah elemen yang paling penting bagi kesehatan dan keberadaan manusia karna memiliki peran terhadap kebiasaan yang memengaruhi kecenderungan berkembangnya penyakit. Perilaku kesehatan dapat diartikan juga sebagai tindakan individu, kelompok, dan organisasi termasuk di dalamnya perubahan sosial, pengembangan dan implementasi kebijakan, peningkatan keterampilan, dan peningkatan kualitas hidup. Perilaku kesehatan merupakan sebagai atribut pribadi seperti keyakinan, harapan, motif, nilai, persepsi, dan elemen kognitif lainnya, karakteristik kepribadian, termasuk keadaan dan sifat afektif dan emosional, pola perilaku, tindakan, serta kebiasaan terbuka yang

berkaitan dengan pemeliharaan kesehatan, pemulihan kesehatan dan peningkatan kesehatan.

Salah satu teori perilaku kesehatan adalah *Health Belief Model* (HBM) yaitu teori pertama yang digagas oleh Resenstock pada tahun 1966, yang kemudian disempurnakan oleh Becker, dkk pada tahun 1970 dan 1980. Menurut teori ini perilaku individu dipengaruhi oleh persepsi dan kepercayaan individu tanpa melihat apakah sesuai atau tidak sesuai dengan realitas sehingga dapat membedakan penilaian kesehatan secara objektif dari sudut pandang tenaga kesehatan maupun subjektif dari sudut pandang individu berdasarkan keyakinan dan kepercayaannya.

3. Faktor yang Memengaruhi Kepatuhan Tablet Fe pada Ibu Hamil berdasarkan Teori *Health Belief Model* (HBM)

Menurut Priyoto (2020) dalam bukunya yang berjudul teori sikap dan perilaku dalam kesehatan mengungkapkan bahwa *Health Belief Model* (HBM) merupakan teori perubahan perilaku kesehatan dan model yang digunakan untuk memprediksi perilaku kesehatan dengan berfokus pada persepsi dan kepercayaan individu terhadap suatu penyakit. Sehingga teori ini bisa menjadi seseorang mengambil tindakan kesehatan dengan dasar pemahaman melalui persepsi dan kepercayaannya. Adanya persepsi yang baik atau tidak baik dapat berasal dari pengetahuan, pengalaman, informasi yang diperoleh individu yang bersangkutan sehingga terjadi tindakan dalam memandang sesuatu. Faktor yang memengaruhi kepatuhan tablet Fe pada

ibu hamil berdasarkan komponen atau dimensi dari teori *Health Belief Model* diantaranya yaitu :

a. Kerentanan yang dirasakan (*Perceived Susceptibility*)

Persepsi risiko yang tinggi mendorong seseorang untuk lebih peduli terhadap kesehatan. Semakin seseorang merasa rentan bahkan khawatir terhadap suatu penyakit, semakin besar pula mereka akan melakukan upaya untuk melindungi diri dari penyakit tersebut. Hal ini juga dapat mendorong seseorang lebih aktif mencari informasi dan mengambil tindakan pencegahan.

Dimensi ini menjelaskan bahwa persepsi ibu primigravida terkait keyakinan kerentanan dirinya terhadap risiko suatu penyakit yang ditimbulkan apabila tidak mengonsumsi tablet Fe. Hasil penelitian Nechitilo *et al.* (2016) menyatakan bahwa semua wanita hamil dalam penelitiannya rentan terhadap anemia selama kehamilan, terlepas dari kesehatan umum mereka, dan mayoritas dari mereka yang diwawancarai percaya bahwa tablet Fe diperlukan untuk semua wanita hamil yang berguna mencegah anemia dan menjamin kesehatan ibu dan anak. Sejalan dengan penelitian Cynthia *et al.* (2022) bahwa berdasarkan jawaban responden diketahui mayoritas sudah memiliki persepsi bahwa anemia dapat terjadi disetiap usia kehamilan namun belum mengetahui bahwa anemia bukanlah penyakit keturunan dan sebagian besar responden awalnya meyakini bahwa mereka tidak akan mengalami

anemia sebelum hamil, namun saat menjalani kehamilan, mereka merasa lebih rentan mengalami anemia saat hamil.

b. Keparahan penyakit yang dirasakan (*Perceived Severity*)

Keyakinan seseorang mengenai keparahan suatu penyakit dipengaruhi oleh informasi medis, pengalamana pribadi dan dampak yang diperkirakan terhadap kualitas hidup. Persepsi keseriusan penyakit ini merupakan penilaian subjektif seseorang terhadap potensi bahaya dan dampak yang ditimbulkan oleh penyakit tersebut. Semakin seseorang menganggap serius suatu penyakit, semakin besar pula mereka akan mengubah perilaku untuk menghindari penyakit tersebut.

Dimensi ini menjelaskan bahwa persepsi ibu primigravida terkait keyakinan dirinya terkait keparahan atau keseriusan terhadap suatu penyakit yang ditimbulkan apabila tidak mengonsumsi tablet Fe. Hasil penelitian Siekmans *et al.* (2019) di Senegal ibu hamil menganggap bahwa tablet Fe dapat menghindari komplikasi selama persalinan. Risiko selama persalinan atau masalah tumbuh kembang janin merupakan implikasi dari anemia selama hamil. Sedangkan menurut hasil penelitian Cynthia *et al.* (2022) bahwa berdasarkan jawaban responden diketahui mayoritas sudah memiliki persepsi mengenai informasi dampak buruk anemia bagi janin serta mempersulit proses persalinan namun masih belum memiliki persepsi mengenai dampak buruk anemia bagi bayi di masa mendatang serta menganggap bahwa gejala anemia seperti letih, lemah, lelah, lunglai dan lesu saat hamil

merupakan hal yang wajar, sehingga berdasarkan persepsi tersebut terkait dampak anemia yang dimiliki responden, mayoritas memiliki persepsi anemia saat hamil merupakan hal yang serius dan membuat takut namun setengah dari responden memiliki persepsi akan tetap baik-baik saja apabila terkena anemia saat hamil.

c. Manfaat yang dirasakan (*Perceived Benefit*)

Keyakinan bahwa perilaku baru akan memberikan manfaat bagi kesehatan dan perlindungan terhadap penyakit dapat menjadi motivasi yang kuat untuk mengubah kebiasaan. Persepsi manfaat merupakan salah satu faktor utama yang memotivasi seseorang untuk mengadopsi perilaku pencegahan jika mereka percaya perilaku tersebut dapat mengurangi risiko terkena penyakit.

Dimensi ini menjelaskan bahwa persepsi ibu primigravida terkait keyakinan akan manfaat yang dirasakan apabila patuh mengonsumsi tablet Fe. Hasil penelitian Nechitilo *et al.* (2016) menyatakan bahwa wanita yang menganggap Tablet Fe memiliki dampak positif pada kesehatan mereka lebih cenderung memprioritaskan untuk mengonsumsi suplemen dengan strategi pengingat jika perlu. Sejalan dengan penelitian Cynthia *et al.* (2022) bahwa berdasarkan jawaban responden diketahui mayoritas sudah memiliki persepsi bahwa tablet Fe dapat menghindarkan dari anemia namun belum memiliki persepsi bahwa tablet Fe dapat memperlancar proses melahirkan, kemudian

mayoritas responden memiliki persepsi bahwa tablet Fe bermanfaat untuk kehamilannya.

d. Hambatan (*Perceived Barrier*)

Persepsi ini berperan penting dalam menentukan keberhasilan perilaku karena merujuk pada penilaian seseorang terhadap rintangan yang dihadapi dalam mengadopsi perilaku baru. Proses pengambilan keputusan untuk mengubah perilaku dipengaruhi oleh persepsi seseorang terhadap hambatan yang dihadapi. Semakin besar hambatan yang dirasakan, semakin kecil kemungkinan seseorang untuk mengubah kebiasaan.

Dimensi ini menjelaskan bahwa aspek akan berpotensi negatif pada tindakan kesehatan tertentu, yaitu persepsi hambatan, yang nantinya akan menghambat ibu primigravida mengonsumsi tablet Fe. Hasil penelitian Cynthia *et al.* (2022) menyatakan bahwa hambatan yang dirasakan responden dalam patuh mengonsumsi tablet Fe yaitu merasa bosan, bau amis, mual dan muntah, lupa, merepotkan, pusing, mulut terasa pahit, tablet susah ditelan serta diare. Kemudian hasil penelitian Hasil penelitian Sedlander (2020), persepsi negatif yang paling menonjol adalah keyakinan bahwa terlalu banyak mengonsumsi tablet Fe selama kehamilan akan membuat bayi besar. Hal tersebut akan berdampak pada persalinan yang sulit atau bahkan sampai melakukan operasi *caesar* yang akan mengeluarkan dana besar. Disamping itu,

sebagian besar ibu mertua mengabadikan mitos bayi besar akibat dari terlalu banyak konsumsi suplemen besi.

Aspek negatif pada ibu primigravida yang menghalangi individu tersebut untuk rutin mengonsumsi tablet Fe yaitu hambatan internal dari kesalahpahaman mengenai tablet Fe tersebut dan manfaatnya, ataupun hambatan eksternal misalnya kesulitan mendapatkan tablet Fe seperti akses perjalanan ke fasilitas pelayanan kesehatan untuk pemeriksaan kehamilan.

e. Kemampuan pada diri sendiri untuk melakukan sesuatu (*Self Efficacy*)

Hal ini menilai sejauh mana seseorang yakin bahwa dia mampu melakukan suatu perilaku yang diinginkan. Kepercayaan diri seseorang terhadap kemampuannya untuk melakukan tindakan tertentu, mereka cenderung lebih termotivasi untuk melakukan tindakan yang diperlukan untuk mencapai tujuan kesehatan.

Dimensi ini menjelaskan bahwa persepsi ibu hamil terkait keyakinan pada diri sendiri terhadap kemampuan mengonsumsi tablet Fe. Kemungkinan ketika wanita mengetahui manfaat tablet Fe akan terus mengonsumsinya secara teratur. Hasil penelitian Nechitilo *et al.* (2016) menyatakan bahwa bahkan wanita akan memulai penggunaan tablet Fe begitu mengetahui mereka hamil, terlepas dari apakah menunjukkan gejala anemia atau tidak, hingga memiliki strategi untuk mengingat konsumsi tablet Fe yang dilakukan dengan cara bantuan pengingat ponsel. Sedangkan menurut hasil penelitian Cynthia *et al.* (2022)



menyatakan bahwa berdasarkan jawaban responden diketahui mayoritas tidak yakin mengonsumsi tablet Fe hingga masa kehamilan selesai dan tidak yakin patuh apabila diingatkan suami, namun mereka yakin akan tetap mengonsumsi tablet Fe apabila ada larangan orangtua atau mertua serta yakin tidak akan terpengaruh oleh lingkungan sekitar.

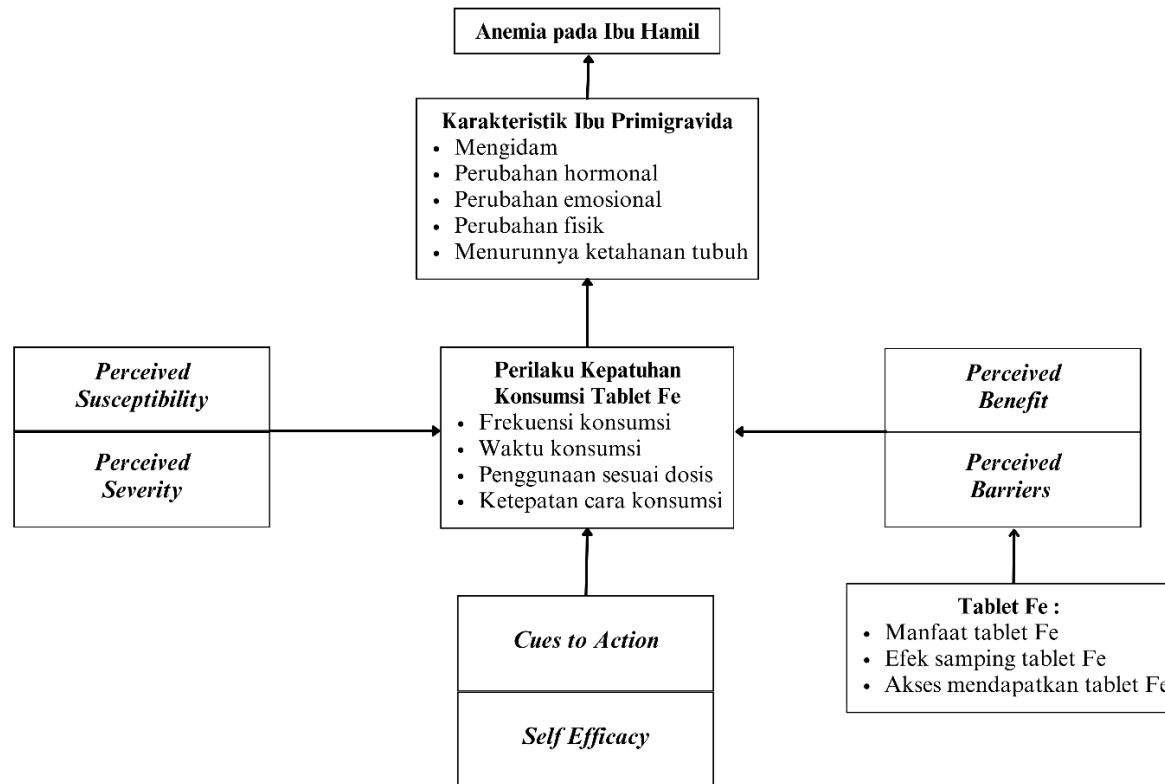
f. Isyarat untuk bertindak (*Cues to Action*)

Isyarat untuk bertindak merupakan stimulus internal seperti pengalaman pribadi ataupun eksternal seperti informasi dari media massa, nasihat dari orang-orang sekitar dan keluarga yang dapat memicu perubahan perilaku. Informasi dari tenaga kesehatan, maupun pengalaman dan dukungan orang lain dapat mendorong seseorang untuk mengubah perilaku lebih sehat.

Dimensi ini menjelaskan bahwa ibu primigravida dipengaruhi oleh suatu hal yang menjadikan isyarat untuk mengonsumsi tablet Fe atau dipengaruhi faktor eksternal dan faktor internal. Hasil penelitian Nechitilo *et al.* (2016), menyampaikan bahwa sebagian besar dukungan suami bisa berperan sebagai pengingat sehingga mengurangi lupa untuk mengonsumsi tablet Fe selama kehamilan, selain itu didukung juga oleh kebijakan pemerintah. Kemudian hasil penelitian Sedlander (2020), menyatakan bahwa berdasarkan jawaban responden faktor internal seperti bahaya dari anemia dapat sebagai sinyal untuk bertindak patuh mengonsumsi tablet Fe namun gejala anemia belum menjadi pemicu untuk bertindak karena mereka menganggap hal tersebut wajar dirasakan

saat hamil, sedangkan pada faktor eksternal seperti informasi mengenai anemia dan tablet Fe mayoritas responden pernah mendengar dan mereka setuju apabila anjuran dari tenaga kesehatan dan keluarga sebagai isyarat untuk bertindak patuh mengonsumsi tablet Fe.

## F. Kerangka Teori



**Gambar 2. 1 Kerangka Teori**

Sumber : Kerangka Teori Modifikasi *Health Beliefs Model*  
(Janz & Becker (1984) dalam (Priyoto, 2020), Junaedi (2009), Kemenkes RI (2020))