

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Teori

1. Pendidikan Kesehatan

a. Pengertian

Pendidikan kesehatan merupakan instrumen dari promosi kesehatan, yang merupakan bagian tugas utama perawat menurut profesional keperawatan. Pendidikan kesehatan adalah upaya yang dilakukan perawat untuk memotivasi pasien dalam merubah perilaku kesehatan menjadi lebih baik (Sassen et al., 2011). Perubahan yang ditargetkan dalam pelaksanaan pendidikan kesehatan adalah pengetahuan, sikap, keterampilan, dan perilaku. Pendidikan kesehatan dapat diberikan perawat kepada individu maupun kelompok, baik di komunitas maupun pusat pelayanan kesehatan seperti klinik dan rumah sakit (Sassen, 2018).

b. Tujuan pendidikan kesehatan

Tujuan pendidikan kesehatan menurut Undang-Undang Kesehatan No. 23 Tahun 1992 bahwa tujuan dari pendidikan kesehatan yaitu meningkatkan kemampuan masyarakat untuk memelihara dan meningkatkan derajat kesehatan, baik fisik, mental, dan sosialnya sehingga produktif secara ekonomi maupun sosial, pendidikan kesehatan di semua program kesehatan; baik

pemberantasan penyakit menular, sanitasi lingkungan, gizi masyarakat, pelayanan kesehatan, maupun program kesehatan lainnya (Aeni & Yuhandini, 2018; Sari, 2013).

c. Sasaran pendidikan kesehatan

Sasaran pendidikan kesehatan terdiri dari individu, kelompok, komunitas atau masyarakat luas. Sasaran pendidikan kesehatan sebagai berikut (Hulu et al., 2020):

1) Sasaran primer

Sasaran langsung pada masyarakat berupa segala upaya pendidikan/promosi kesehatan.

2) Sasaran sekunder

Sasaran ditujukan pada tokoh masyarakat dengan harapan dapat memberikan pendidikan kesehatan pada masyarakatnya secara lebih luas.

3) Sasaran tersier

Sasaran ditujukan pada pembuat keputusan/penentu kebijakan baik ditingkat pusat maupun ditingkat daerah dengan tujuan keputusan yang diambil dari kelompok ini akan berdampak kepada perilaku kelompok sasaran sekunder yang kemudian pada kelompok primer.

d. Metode dan Teknik Pendidikan Kesehatan

Metode dan teknik pendidikan kesehatan berdasarkan sasarannya dibagi 3 yaitu (Aeni & Yuhandini, 2018; Hartini & Na'imah, 2014; Saputri et al., 2020; Wahyuni et al., 2017):

1) Metode pendidikan kesehatan individual

Sasaran metode ini adalah individual, metode dan teknik pendidikan kesehatan individual ini yang terkenal adalah *counselling*.

2) Metode pendidikan kesehatan kelompok

Sasaran kelompok ini dibagi menjadi dua yaitu sebagai berikut:

a) Kelompok kecil yang terdiri dari 6 sampai 15 orang

Pada kelompok kecil metode dan teknik yang digunakan misalnya diskusi kelompok, metode curah pendapat, bola salju, bermain peran, metode permainan simulasi dan sebagainya

b) Kelompok besar terdiri antara 15 sampai dengan 50 orang.

Metode dan teknik pendidikan kesehatan yang dapat digunakan pada kelompok besar seperti metode ceramah, seminar, lokakarya, dan lainnya. Metode ini memerlukan alat bantu seperti *overhead projector*, *soundsystem* dan *film*.

3) Metode pendidikan kesehatan masal

Sasaran pendidikan kesehatan adalah masal atau publik.

Metode dan teknik pendidikan kesehatan yang sering digunakan adalah:

- a) Ceramah umum.
- b) Penggunaan media massa elektronik seperti radio dan televisi. Penyampaian pesan melalui media elektronik dirancang dengan berbagai bentuk misalnya talkshow.
- c) Penggunaan media cetak misalnya koran, majalah, buku, leaflet ataupun selebaran.
- d) Penggunaan media di luar ruang, misalnya: billboard, spanduk dan umbul-umbul.

2. Media pendidikan kesehatan

Media pendidikan kesehatan merupakan alat bantu dalam memberikan pendidikan kesehatan. Media pendidikan dibagi menjadi 3 macam, sebagai berikut (Machfoedz & Suryani, 2013):

- a. Media Cetak Media cetak sebagai alat untuk menyampaikan pesan-pesan kesehatan sangat bervariasi antara lain:
 - 1) Booklet adalah suatu media untuk menyampaikan pesan-pesan kesehatan dan bentuk buku, baik tulisan maupun gambar.
 - 2) Leaflet adalah bentuk penyampaian informasi atau pesan-pesan melalui lembaran yang dilipat. Isi informasi dapat dalam bentuk kalimat maupun gambar, atau kombinasi.

- 3) *Flyer* (selembaran) adalah seperti leaflet tetapi, tidak dalam bentuk lipatan.
 - 4) *Flip chart* (lembar balik) adalah penyampaian pesan atau informasi-informasi kesehatan dalam bentuk lembar balik seperti dalam bentuk buku.
 - 5) Rubrik atau tulisan-tulisan pada surat kabar atau majalah, mengenai bahasan suatu masalah kesehatan, atau hal-hal yang berkaitan dengan kesehatan.
 - 6) Poster adalah bentuk media cetak berisi pesan-pesan atau informasi kesehatan, yang biasanya ditempel di temboktembok, di tempat-tempat umum, atau di kendaraan umum.
 - 7) Foto yang mengungkapkan informasi-informasi kesehatan.
- b. Media Elektronik Media elektronik sebagai sasaran untuk menyampaikan pesan-pesan atau informasi kesehatan antara lain:
- 1) Televisi adalah penyampain pesan atau informasi kesehatan melalui media televisi dapat dalam bentuk sandiwara, forum diskusi, diskusi masalah kesehatan dan sebagainya.
 - 2) Radio adalah penyampaian informasi atau pesan kesehatan melalui radio dalam bentuk obrolan, ceramah dan sebagainya.
 - 3) Video adalah penyampain informasi atau pesan kesehatan dapat melalui video.
 - 4) Slide juga dapat digunakan menyampaikan pesan-pesan kesehatan.

5) Media Papan (*Billboard*) Papan yang dipasang di tempat-tempat umum dapat dipakai diisi dengan pesan atau informasi kesehatan. Media papan disini juga mencakup pesan yang ditulis pada lembaran seng yang ditempel pada kendaraan umum (bus atau taksi).

3. Pengetahuan

a. Pengertian pengetahuan

Pengetahuan adalah suatu hasil dari rasa keingintahuan melalui proses sensoris, terutama pada mata dan telinga terhadap objek tertentu. Pengetahuan merupakan domain yang penting dalam terbentuknya perilaku terbuka atau *open behavior* (Jenita Doli Tile Donsu, 2017). Pengetahuan atau knowledge adalah hasil penginderaan manusia atau hasil tahu seseorang terhadap suatu objek melalui pancaindra yang dimilikinya. Pancaindra manusia guna penginderaan terhadap objek yakni penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan perabaan. Pada waktu penginderaan untuk menghasilkan pengetahuan tersebut dipengaruhi oleh intensitas perhatian dan persepsi terhadap objek. Pengetahuan seseorang sebagian besar diperoleh melalui indra pendengaran dan indra penglihatan (Notoatmodjo, 2014).

Pengetahuan dipengaruhi oleh faktor pendidikan formal dan sangat erat hubungannya. Tetapi orang yang berpendidikan rendah tidak mutlak berpengetahuan rendah. Peningkatan pengetahuan tidak mutlak diperoleh dari pendidikan formal saja, tetapi juga dapat

diperoleh dari pendidikan non formal. Pengetahuan akan suatu objek mengandung dua aspek yaitu aspek positif dan aspek negatif. Kedua aspek ini akan menentukan seseorang, semakin banyak aspek positif dan objek yang diketahui, maka akan menimbulkan sikap semakin positif terhadap objek tertentu (Notoatmodjo, 2014).

Pengetahuan adalah sesuatu yang diketahui berkaitan dengan proses pembelajaran. Proses belajar ini dipengaruhi berbagai faktor dari dalam, seperti motivasi dan faktor luar berupa sarana informasi yang tersedia, serta keadaan sosial budaya. Pengetahuan adalah informasi atau maklumat yang diketahui atau disadari oleh seseorang (Budiman & Riyanto, 2013).

b. Tingkat pengetahuan

Pengetahuan seseorang terhadap suatu objek mempunyai intensitas atau tingkatan yang berbeda. Tingkat pengetahuan dibagi menjadi sebagai berikut (Notoatmodjo, 2014).

1) Tahu (*Know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk dalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (*recall*) sesuatu yang spesifik dan seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima. Tahu disini merupakan tingkatan yang paling rendah. Kata kerja yang digunakan untuk mengukur orang yang tau

tentang apa yang dipelajari yaitu dapat menyebutkan, menguraikan, mengidentifikasi, menyatakan dan sebagainya.

2) Memahami (*comprehention*)

Memahami suatu objek bukan hanya sekedar tahu tentang objek tersebut, dan juga tidak sekedar menyebutkan tetapi orang tersebut dapat menginterpretasikan secara benar tentang objek yang diketahuinya. Orang yang telah memahami objek harus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menarik kesimpulan, meramalkan terhadap suatu objek yang dipelajari.

3) Aplikasi (*Application*)

Aplikasi merupakan kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi real (sebenarnya). Aplikasi disini dapat diartikan sebagai aplikasi atau penggunaan hukum-hukum, metode, prinsip dan sebagainya dalam konteks atau yang lain.

4) Analisis (*Analysis*)

Analisis adalah kemampuan seseorang dalam menjabarkan materi atau objek kedalam komponen-komponen tetapi masih di dalam suatu struktur organisasi, dan masih ada kaitannya satu sama lain. Indikasi bahwa pengetahuan seseorang telah sampai pada tingkatan ini adalah jika orang tersebut dapat membedakan, mengelompokkan, memisahkan, membuat bagan (diagram) terhadap pengetahuan objek tersebut.

5) Sintesis (*Synthesis*)

Sintesis merupakan kemampuan seseorang dalam merangkum atau meletakkan dalam suatu hubungan yang logis dari komponen pengetahuan yang sudah dimilikinya. Dengan kata lain kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi yang lama.

6) Evaluasi (*Evaluation*)

Evaluasi merupakan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu objek tertentu. Penilaian berdasarkan suatu kriteria yang ditentukan atau norma-norma yang berlaku dimasyarakat.

c. Kriteria tingkat pendidikan

Pengetahuan seseorang dapat diinterpretasikan dengan skala yang bersifat kualitatif sebagai berikut (Nursalam, 2017).

1) Pengetahuan Baik: 76%-100%

2) Pengetahuan Cukup: 56%-75%

3) Pengetahuan Kurang: < 56%

d. Proses terjadinya perilaku tahu

Proses terjadinya perilaku tahu dimulai dari kesadaran yang diikuti dengan perasaan tertarik, kemudian mengevaluasi, yang kemudian mencoba untuk melakukan sesuatu yang dihasilkan dari mengetahui sesuatu (Notoatmodjo, 2014).

- 1) *Awarenes* ataupun kesadaran, pada tahap ini individu sudah menyadari ada stimulus yang datang padanya
 - 2) *Interest* atau merasa tertarik yakni individu mulai tertarik pada stimulus tersebut.
 - 3) *Evaluation* atau menimbang-nimbang dimana individu akan mempertimbangkan baik dan tidaknya stimulus tersebut bagi dirinya. Inilah yang menyebabkan sikap individu menjadi lebih baik.
 - 4) *Trial* atau percobaan yaitu dimana individu mencoba perilaku baru.
 - 5) *Adaption* atau pengangkatan yaitu individu telah memiliki perilaku baru sesuai dengan pengetahuan, sikap, dan kesadarannya terhadap stimulus
- e. Berbagai faktor yang mempengaruhi pengetahuan

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang yaitu:

1) Faktor internal

a) Usia

Semakin cukup umur seseorang, maka akan semakin bertambah pula ilmu atau pengetahuan yang dimiliki.

Klasifikasi umur Menurut WHO, dibagi menjadi: bayi berusia 0-1 tahun, anak-anak berusia 2-10 tahun, remaja

berusia 11-19 tahun, dewasa berusia 20-60 tahun, dan lanjut usia yaitu berusia diatas 60 tahun (Samsudin, 2016).

b) Pengalaman

Pengalaman merupakan guru yang terbaik (*experience is the best teacher*), pepatah tersebut bisa diartikan bahwa pengalaman merupakan sumber pengetahuan, atau pengalaman itu merupakan cara untuk memperoleh suatu kebenaran pengetahuan. Oleh sebab itu pengalaman pribadi pun dapat dijadikan sebagai upaya untuk memperoleh pengetahuan. Hal ini dilakukan dengan cara mengulang kembali pengetahuan yang diperoleh dalam memecahkan persoalan yang dihadapi pada masa lalu (Notoatmodjo, 2014).

c) Pendidikan

Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang semakin banyak pula pengetahuan yang dimiliki. Sebaliknya semakin pendidikan yang kurang akan menghambat perkembangan sikap seseorang terhadap nilai-nilai yang baru diperkenalkan (Yeni et al., 2018).

d) Pekerjaan

Pekerjaan adalah kebutuhan yang harus dilakukan terutama untuk menunjang kehidupannya dan kehidupan keluarganya. Pekerjaan merupakan cara mencari nafkah yang

membosankan berulang dan banyak tantangan (Nursalam, 2017).

e) Jenis Kelamin

Jenis kelamin merupakan suatu sifat yang melekat pada kaum laki-laki maupun perempuan yang dikonstruksikan secara sosial maupun kultural (Nursalam, 2017).

2) Faktor eksternal

a) Informasi

Informasi merupakan fungsi penting untuk membantu mengurangi rasa cemas. Seseorang yang mendapat informasi akan mempertinggi tingkat pengetahuan terhadap suatu hal (Aeni & Yuhandini, 2018).

b) Lingkungan

Perilaku seseorang termasuk terjadinya perilaku kesehatan, diawali dengan pengalaman-pengalaman seseorang serta adanya faktor eksternal yaitu lingkungan fisik dan non fisik (Notoatmodjo, 2014).

c) Sosial Budaya

Kebiasaan dan adat istiadat tempat tinggal mempengaruhi keyakinan dan perilaku masyarakat (Notoatmodjo, 2014).

d) Pendidikan kesehatan

Pendidikan kesehatan mempunyai peran yang penting dalam mewujudkan kesehatan di masyarakat. Pendidikan kesehatan

dapat dilakukan secara formal maupun informal, dalam kelompok maupun individu. Pendidikan kesehatan dapat dilakukan secara langsung maupun menggunakan media, baik media cetak maupun elektronik.

4. Anemia pada ibu *post partum*

a. Pengertian anemia

Anemia adalah suatu kondisi tubuh dimana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari normal (WHO, 2011). Hemoglobin adalah salah satu komponen dalam sel darah merah atau eritrosit yang berfungsi untuk mengikat oksigen dan menghantarkannya ke seluruh sel jaringan tubuh. Oksigen diperlukan oleh jaringan tubuh untuk melakukan fungsinya. Kekurangan oksigen dalam jaringan otak dan otot akan menyebabkan gejala antara lain kurangnya konsentrasi dan kurang bugar dalam melakukan aktivitas. Hemoglobin dibentuk dari gabungan protein dan zat besi dan membentuk sel darah merah/eritrosit. Anemia merupakan suatu gejala yang harus dicari penyebabnya dan penanggulangannya dilakukan sesuai dengan penyebabnya (Sugihantono, 2018).

Anemia pada masa *postpartum* atau nifas merupakan keadaan dimana kadar hemoglobin kurang dari 11 g/L pada masa satu minggu setelah persalinan dan kurang dari 12 g/L pada masa delapan minggu setelah persalinan. Anemia pada ibu *postpartum* disebabkan oleh

anemia pada masa kehamilan dikombinasikan dengan perdarahan saat persalinan (Milman, 2012; Zuraidah et al., 2019).

Anemia postpartum merupakan masalah kesehatan masyarakat yang memerlukan perhatian lebih besar. Kekurangan zat besi dan anemia pada periode postpartum sangat sering terjadi (Rakesh et al., 2014). Pemulihan anemia postpartum terjadi beberapa minggu atau bulan setelah melahirkan, sehingga dapat mempengaruhi kekebalan tubuh ibu, produksi ASI, penyembuhan luka yang tertunda, peningkatan kerentanan mastitis, ductitis, dan infeksi saluran kemih (Rakesh et al., 2014; Selvaraj et al., 2017). Selain itu, interaksi ibu dan anak juga dapat memburuk dan bahkan keterlambatan perkembangan bayi (Darmawati et al., 2014).

b. Klasifikasi anemia

Tabel 2.1 Klasifikasi anemia

Populasi	Non anemia (g/dL)	Anemia (g/dL)		
		Ringan	Sedang	Berat
Anak 6 – 59 bulan	11	10.0-10.9	7.0 – 9.9	< 7.0
Anak 5 – 11 tahun	11.5	11.0 – 11.4	8.0 – 10.9	< 8.0
Anak 12 – 14 tahun	12	11.0 – 11.4	8.0 – 10.9	< 8.0
Perempuan tidak hamil usia > 15 tahun	12	11.0 – 11.4	8.0 – 10.9	< 8.0
Ibu hamil	11	10.0-10.9	7.0 – 9.9	< 7.0
Laki-laki > 15 tahun	13	11.0 – 11.4	8.0 – 10.9	< 8.0

Sumber: WHO (2011)

c. Penyebab anemia

Faktor penyebab terjadinya anemia pada masa *post partum* diantaranya adalah kehilangan darah pada saat proses persalinan

(Yuanti & Rusmiati, 2021). Anemia pada kehamilan juga menjadi salah satu faktor penyebab anemia pada masa *post partum* (Aryani & Rokhanawati, 2017). Penyebab lain anemia pada ibu nifas adalah kurang memadainya asupan makan sumber Fe, meningkatnya kebutuhan Fe saat hamil dan menyusui (kebutuhan fisiologis). Kecukupan intake Fe tidak hanya penuh oleh konsumsi makan sumber Fe (daging sapi, ayam , ikan, telur dll), tetapi dipengaruhi oleh variasi penyerapan Fe. Selain protein, lemak, karbohidrat yang telah di penuhi dari makanan, ibu menyusui juga membutuhkan tambahan zat besi dan asam folat sekitar 300 kkal atau 30cc setiap harinya dalam satu porsi mengandung 60 gram (Nadila, 2018).

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

Tiga penyebab anemia adalah sebagai berikut (Sugihantono, 2018).

1) Defisiensi zat gizi

- a) Rendahnya asupan zat gizi baik hewani dan nabati yang merupakan pangan sumber zat besi yang berperan 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.

- b) Penderita penyakit infeksi kronis seperti TBC, HIV/AIDS, dan keganasan seringkali disertai anemia, karena kekurangan asupan zat gizi atau akibat dari infeksi itu sendiri.

2) Perdarahan (*Loss of blood volume*)

- a) Perdarahan karena kecacingan dan trauma atau luka yang mengakibatkan kadar Hb menurun.
- b) Perdarahan karena menstruasi yang lama dan berlebihan
- c) Perdarahan pada saat kehamilan dan persalinan

3) Hemolitik

- a) Perdarahan pada penderita malaria kronis perlu diwaspadai karena terjadi hemolitik yang mengakibatkan penumpukan zat besi (hemosiderosis) di organ tubuh, seperti hati dan limpa.
- b) Pada penderita Thalasemia, kelainan darah terjadi secara genetik yang menyebabkan anemia karena sel darah merah/eritrosit cepat pecah, sehingga mengakibatkan akumulasi zat besi dalam tubuh.

d. Tanda dan gejala anemia

Gejala yang sering ditemui pada penderita anemia adalah 5 L yaitu lesu, letih, lemah, lelah, dan lalai, disertai sakit kepala dan pusing (kepala berputar), mata berkunang-kunang, mudah

mengantuk, cepat capai serta sulit konsentrasi. Secara klinis penderita anemia ditandai dengan pucat pada muka, kelopak mata, bibir, kulit, kuku dan telapak tangan (Sugihantono, 2018)

Tanda dan gejala anemia yang sering ditemui pada ibu nifas seperti pucat lemah, lelah, pusing, jantung berdebar, sesak nafas, dan kehilangan nafsu makan (Fitri & Machmudah, 2018). Tanda dan gejala anemia lainnya adalah mengantuk, sakit kepala, mual dan muntah, nafas pendek, serta kehilangan konsentrasi atau kesadaran (Carolin & Novelia, 2021)

e. Komplikasi anemia pada ibu *post partum*

Anemia pada masa nifas menyebabkan terjadinya subinvolisio uteri yang merupakan salah satu penyebab timbulnya perdarahan post partum, memudahkan infeksi puerperium, dan menyebabkan pengeluaran ASI berkurang, bahkan dapat menyebabkan kematian. Cadangan besi dalam tubuh ibu hamil akan habis pada akhir kehamilan, untuk menjaga keseimbangan zat besi ibu dianjurkan untuk mengkonsumsi suplemen zat besi sebanyak 30-60mg, dimulai dari minggu ke-12 kehamilan yang diteruskan sampai 3 bulan pasca post partum, perludiberikan setiap hari (Nadila, 2018)

f. Pemeriksaan anemia

- 1) Pengukuran kadar hemoglobin dan indeks eritrosit didapatkan anemia hipokromik mikrositer dengan penurunan kadar hemoglobin mulai dari ringan sampai berat.

- 2) Kadar besi serum menurun $< 50 \mu\text{g/dl}$, TIBC meningkat $> 350 \mu\text{g/dl}$, dan saturasi transferin $< 15 \%$
 3. Kadar serum feritinin $< 20 \mu\text{g/dl}$.
 - 3) Protoforfirin eritrosit meningkat ($> 100 \mu\text{g/dl}$)
 - 4) Sumsum tulang menunjukkan hiperplasia normoblastik dengan normoblast kecilkecil (micronormoblast) domi
 - 5) Pada laboratorium yang maju dapat diperiksa reseptor transferin kadar reseptor transferin meningkat.
 - 6) Pengecatan besi sumsum tulang dengan biru prusia (*perl's stain*) menunjukkan cadangan besi yang negatif (butir hemosiderin negatif)
 - 7) Perlu dilakukan pemeriksaan untuk mencari penyebab anemia defisiensi besi antara lain pemeriksaan feses untuk cacing tambang dan pemeriksaan darah samar dalam feses, endoskopi, barium *intake* dan barium *inloop*
- a. Penatalaksanaan anemia pada ibu *post partum*
1. Terapi kausal tergantung penyebab, misalnya ; pengobatan cacing tambang, pengobatan hemoroid, pengobatan menoragia. Terapi kausal harus dilakukan kalau tidak maka anemia akan kambuh kembali.
 2. Pemberian preparat besi untuk mengganti kekurangan besi dalam tubuh (iron replacemen therapy).

a) Terapi besi per oral merupakan obat pilihan pertama (efektif, murah, dan aman). Preparat yang tersedia *ferrosus sulphat* (sulfas fenosus). Dosis anjuran 3 x 200 mg. Setiap 200 mg sulfas fenosus mengandung 66 mg besi elemental. Pemberian sulfas fenosus 3 x 200 mg mengakibatkan absorpsi besi 50 mg/hari dapat meningkatkan eritropoiesis 2-3 kali normal. Preparat yang lain seperti *ferrosus gluconate*, *ferrosus fumarat*, *ferrosus lactate*, dan *ferrosus succinate*. Sediaan ini harganya lebih mahal, tetapi efektivitas dan efek samping hampir sama dengan sulfas fenosus.

b) Terapi besi parenteral

Terapi ini sangat efektif tetapi efek samping lebih berbahaya, dan lebih mahal. Indikasi pemberian terapi besi parenteral adalah intoleransi terhadap pemberian oral, kepatuhan terhadap berobat rendah, gangguan pencernaan kolitis ulseratif yang dapat kambuh jika diberikan besi, dan penyerapan besi terganggu, seperti misalnya pada gastrektomi. Selain itu terapi ini juga digunakan pada keadaan dimana kehilangan darah yang banyak sehingga tidak cukup dikompensasi oleh pemberian besi oral, kebutuhan besi yang besar dalam waktu pendek, seperti pada kehamilan trisemester tiga atau sebelum operasi.

3. Pencegahan dan penanggulangan anemia

Menurut Suhantono pencegahan dan penanggulangan anemia adalah sebagai berikut (Sugihantono, 2018).

- a) Meningkatkan makanan sumber zat besi seperti daging, ikan, telur, hati, kacang-kacangan, dan sayuran berwarna hijau.
- b) Menambahkan satu atau lebih zat gizi kedalam pangan untuk meningkatkan nilai gizi pada makanan seperti memakan makanan tambahan yang mengandung karbohidrat, lemak, dan lainnya.
- c) Mengonsumsi suplemen zat besi sesuai anjuran petugas kesehatan.

5. Deteksi tanda dan gejala anemia pada ibu *post partum*

Anemia pada ibu hamil dan nifas terjadi akibat degradasi sedang kadar hemoglobin terjadi selama kehamilan dan persalinan pada perempuan sehat yang tidak kekurangan besi atau folat. Hal ini disebabkan oleh ekspansi volume plasma yang relatif lebih besar jika dibandingkan dengan peningkatan massa hemoglobin dan volume sel darah yang menyertai kehamilan normal. Pada permulaan kehamilan dan menuju aterm, kadar hemoglobin sebagian besar perempuan sehat dengan simpanan besi adalah 11 g/dL atau lebih tinggi. Konsentrasi hemoglobin lebih rendah pada pertengahan kehamilan (Lenevo, 2015).

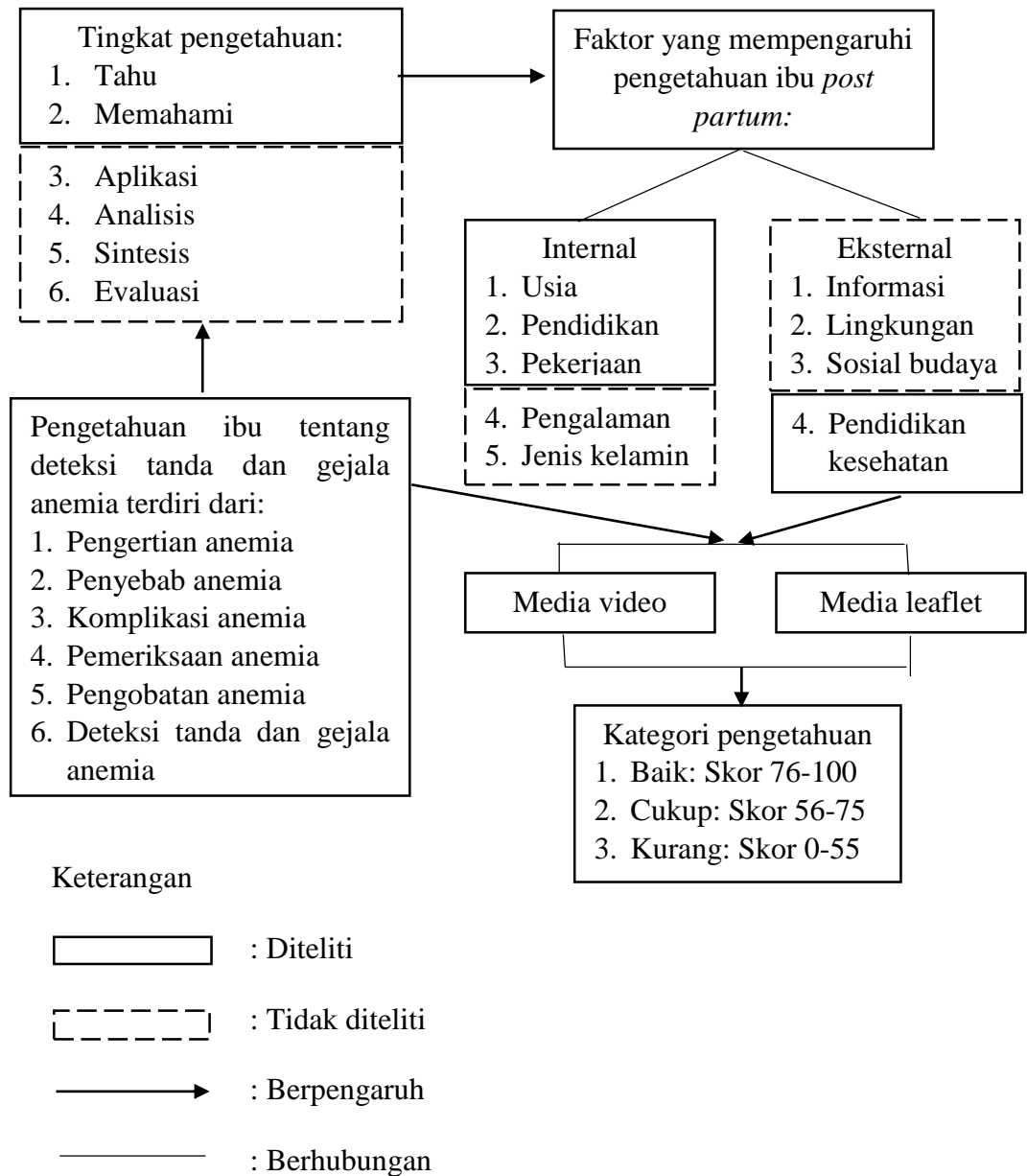
Anemia pada kehamilan dan persalinan dipengaruhi oleh karakteristik ibu yang meliputi umur, pendidikan, paritas, dan pekerjaan. Deteksi dini

adalah suatu usaha yang dilakukan untuk mengetahui adanya kelainan atau gangguan yang terjadi pada individu. Upaya untuk mencegah anemia yang dapat dilakukan oleh ibu hamil adalah dengan melakukan deteksi tanda dan gejala anemia. Kemampuan deteksi dini anemia akan membantu ibu untuk mencegah kondisi yang tidak diinginkan pada ibu (Fitri & Machmudah, 2018).

Gejala yang sering ditemui pada penderita anemia adalah 5 L yaitu lesu, letih, lemah, lelah, dan lalai, disertai sakit kepala dan pusing (kepala berputar), mata berkunang-kunang, mudah mengantuk, cepat capai serta sulit konsentrasi. Secara klinis penderita anemia ditandai dengan pucat pada muka, kelopak mata, bibir, kulit, kuku dan telapak tangan (Sugihantono, 2018)

Tanda dan gejala anemia yang sering ditemui pada ibu nifas seperti pucat lemah, lelah, pusing, jantung berdebar, sesak nafas, dan kehilangan nafsu makan (Fitri & Machmudah, 2018). Tanda dan gejala anemia lainnya adalah mengantuk, sakit kepala, mual dan muntah, nafas pendek, serta kehilangan konsentrasi atau kesadaran (Carolin & Novelia, 2021)

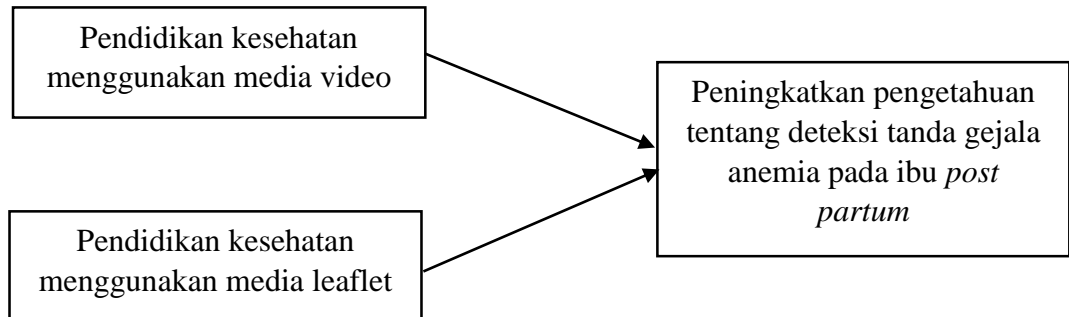
B. Kerangka Teori



Gambar 2.1 Kerangka teori penelitian

Sumber: Aeni & Yuhandini (2018), Saban & Utami (2017), Saputri et al. (2020)

C. Kerangka Konsep



Gambar 2.2 Kerangka konsep penelitian

D. Hipotesis

Hipotesis adalah kesimpulan atau pernyataan sementara terhadap pertanyaan-pertanyaan penelitian yang kemudian akan dibuktikan kebenarannya melalui langkah-langkah ilmiah penelitian (Nursalam, 2017; Sugiyono, 2019)

Hipotesis pada penelitian ini adalah Pendidikan kesehatan dengan media video dan leaflet efektif terhadap peningkatan pengetahuan tentang deteksi tanda dan gejala anemia pada ibu *post partum*