

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Upaya pemerintah dalam mengatasi anemia defisiensi besi ibu hamil yaitu terfokus pada pemberian tablet zat besi pada ibu hamil. Menurut Permenkes No 88 Tahun 2012 tentang standar tablet zat besi bagi wanita usia subur dan ibu hamil, bahwa untuk melindungi wanita usia subur dan ibu hamil dari kekurangan gizi dan mencegah terjadinya anemia gizi besi maka perlu mengonsumsi tablet zat besi (Kemenkes RI, 2014).

Ibu hamil adalah wanita yang sedang mengandung bayi dalam perutnya yang disebut dengan kehamilan. Kehamilan merupakan suatu proses yang fisiologis, namun kehamilan yang normal dapat berubah menjadi kehamilan patologis atau abnormal. (Wahyu,2018).

Anemia adalah suatu kondisi konsentrasi hemoglobin kurang dari normal anemia merefleksikan jumlah eritrosit yang kurang dari normal didalam sirkulasi. Akibatnya, jumlah oksigen yang dihantarkan ke jaringan tubuh juga berkurang anemia bukan merupakan kondisi penyakit khusus melainkan suatu tanda adanya gangguan yang mendasari. Sejauh ini anemia merupakan kondisi hematologi yang paling sering terjadi. Terdapat beberapa jenis anemia. Sebuah pendekatan fisiologi mengklasifikasikan anemia sesuai dengan penyebab defisiensi eritrosit, apakah disebabkan oleh cacat produksi (anemia hipoproliferatif), oleh destruksi/ penghancuran (anemia hemolitik) atau oleh kehilangan (perdarahan). (Susan, 2016).

Anemia pada kehamilan tidak dapat dipisahkan dengan perubahan fisiologis yang terjadi selama proses kehamilan, umur janin, dan kondisi ibu hamil sebelumnya. Pada saat hamil, tubuh akan mengalami perubahan yang signifikan, jumlah darah dalam tubuh meningkat sekitar 20 - 30 %, sehingga

memerlukan peningkatan kebutuhan pasokan besi dan vitamin untuk membuat hemoglobin. Ketika hamil, tubuh ibu akan membuat lebih banyak darah untuk berbagi dengan bayinya. Tubuh memerlukan darah hingga 30 % lebih banyak dari pada sebelum hamil. (Rohmatika,2017)

Upaya pencegahan anemia dibagi dua yaitu farmakologi dan non farmakologi, untuk farmakologi dapat obat tablet zat besi dan untuk non farmakologi dapat diberikan temped an bayam yang didalamnya banyak mengandung gizi murni yang dapat meningkatkan hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia. (Novianti, 2019)

Pemberian suplemen tablet zat besi dianjurkan untuk memberikan 60 mg zat besi selama 6 bulan untuk mengetahui keadaan umum fisiologis selama kehamilan. Namun banyak literature yang menganjurkan dosis 100 mg zat besi selama 16 minggu atau lebih pada kehamilan. (Rohmatika,2017)

Program pemberian tablet zat besi adalah tablet yang mengandung 60 mg zat besi dan 0,40 asam folat yang disediakan oleh pemerintah dan dibagikan secara gratis di beberapa tatanan fasilitas pelayanan kesehatan, tempat pendidikan dan ditempat kerja (Kemenkes RI,2016)

Dalam memenuhi kebutuhan zat besi seseorang biasanya mengkonsumsi suplemen zat besi, akan tetapi salah satu alternative untuk memenuhi kebutuhan zat besi dapat dilakukan dengan konsumsi sayuran yang mengandung zat besi dalam menu makanan. Zat besi ditemukan pada sayur-sayuran antara lain bayam hijau (*Amaranthus spp*). (Rohmatika,2017)

Bayam hijau merupakan salah satu sumber makanan yang mengandung senyawa yang diperlukan dalam sintesis hemoglobin seperti zat besi dan vitamin B kompleks, maka dari itu salah satu alternatif untuk memenuhi

kebutuhan zat besi dapat dilakukan dengan mengkonsumsi bayam hijau yang mengandung zat besi dalam menu makanan. (Rohmatika,2017)

Bayam hijau disini juga memiliki banyak manfaat baik bagi tubuh karena merupakan sumber kalsium, vitamin A, vitamin E, vitamin C, serat dan juga betakarotin. Selain itu bayam juga memiliki kandungan zat besi yang sangat tinggi untuk mencegah anemia. (Rohmatika,2017)

Bayam sebanyak 200 mg diolah dengan cara direbus dengan air 500 ml, rebus air sampai mendidih baru masukan bayam, tambahkan garam $\frac{1}{2}$ sdm dan gula $\frac{1}{4}$ sdm usahakan merebus bayam jangan terlalu lama atau diperlukan waktu sekitar 3 menit dengan api sedang. Karena jika telalu lama kandungan dalam bayam tersebut bisa hilang, bayam yang sudah dimasak dalam 100 mg mengandung zat besi sebanyak 8,3 mg jadi dalam 200 gram bayam dianggap memiliki 16,6 mg zat besi, kandungan zat besi didalam bayam tersebut berperan penting dalam pembentukan hemoglobin. (Rohmatika,2017)

Anemia merupakan salah satu masalah gizi yang paling lazim di dunia dan menjangkiti lebih dari 600 juta manusia, perkiraan prevalensi anemia secara global adalah sekitar 51%. Suplementasi besi atau pemberian tablet besi adalah salah satu strategi pencegahan dan penanggulangan anemia gizi yang paling efektif meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil. Upaya ini telah direkomendasikan secara universal di negara-negara berkembang. Sejak tahun 1970-an, program program pemberian tablet telah di buktikan hasilnya di beberapa negara, dengan pemberian tablet Fe dapat menurunkan prevalensi anemia pada ibu hamil sebesar 20-25%. Menurut WHO 40% kematian ibu dinegara berkembang berkaitan dengan anemia pada kehamilan dan kebanyakan disebabkan oleh defisiensi zat besi dan perdarahan akut, bahkan tidak jarang keduanya saling berinteraksi. Pada wanita hamil sangat rentang terjadi anemia defisiensi zat besi pada

kehamilan yaitu *hemodilusi* yang menyebabkan terjadinya pengenceran darah pertambahan darah tidak sebanding dengan pertambahan plasma, kurangnya zat besi dalam makanan dan kebutuhan zat besi meningkat serta gangguan pencernaan dan absorpsi (Depkes RI,2010).

Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2010 menyebutkan bahwa 40% penyebab kematian ibu di negara berkembang berkaitan dengan anemia dalam kehamilan. Anemia dalam kehamilan merupakan masalah kesehatan yang utama di negara berkembang dengan tingkat kesakitan tinggi pada ibu hamil. Total penderita anemia pada ibu hamil di Indonesia adalah 70%, artinya dari 10 ibu hamil, sebanyak 7 orang akan menderita anemia. Menurut data Riset Kesehatan Dasar pada tahun 2013, prevalensi anemia ibu hamil di Indonesia sebesar 37% mengalami peningkatan dari tahun 2007 sebanyak 24,5% (Kemenkes RI, 2014).

Pada tahun 2011 di dunia 38,2 % ibu hamil mengalami anemia dengan prevalensi tertinggi Afrika (44,8 %) diikuti oleh Asia dengan prevalensi (39,3 %). (Pritania,2018).

Di Indonesia pada tahun 2013 prevalensi anemia pada ibu hamil mencapai 37,1 % dan semakin meningkat pada tahun 2018 menjadi 48,9 %, beberapa studi menyebutkan bahwa anemia pada ibu hamil berkontribusi secara tidak langsung pada 23,0 % kasus kematian ibu dinegara berkembang. (Riskesdas,2018)

Tingginya prevalensinya anemia pada ibu hamil merupakan masalah yang tengah dihadapi pemerintah Indonesia, kejadian anemia pada ibu hamil dari tahun 2013 didapatkan 31,7 % dan angka kejadian anemia tersebut semakin tahun makin meningkat sampai 2018 anemia pada ibu hamil didapatkan 48,9 % (Riskesdas, 2018)

Di Kaimantan Selatan kejadian anemia pada ibu hamil semakin tahun semakin meningkat dimana pada tahun 2017 didapatkan ibu hamil dengan jumlah 117.281 (100%) ibu hamil dan terdapat 19.754 (17,00%) ibu hamil mengalami anemia pada kehamilan dan pada tahun 2018 didapatkan ibu hamil berjumlah 85.226 (100%) ibu hamil dan terdapat 20.173 (23,67%) ibu hamil yang mengalami anemia pada kehamilan. (Dinkes Prov,2019)

Berdasarkan data yang didapat dari Dinas Kesehatan Kabupaten Banjar didapatkan hasil bahwa dari bulan januari sampai dengan bulan juni 2019 terdapat 12.961 (100%) ibu hamil dan terdapat 1455 (11,23%) ibu hamil di seluruh kabupaten banjar yang mengalami anemia pada kehamilan. (Dinkes, 2019)

Berdasarkan data yang di dapat dari Puskesmas Martapura 1 dari bulan januari sampai dengan bulan juni 2019 terdapat 1.895 (100%) ibu hamil dan 333 (17,57%) ibu hamil yang mengalami anemia pada kehamilan.

Pada studi pendahuluan yang dilakukan pada 10 ibu hamil yang mengalami anemia pada kehamilan sebanyak 7 orang yang mengalami anemia dengan kadar hemoglobin rata-rata <11 g/dl, dan biasanya ibu hanya meminum obat tablet zat besi saja tidak di damping makanan khusus yang dapat meningkatkan hemoglobin terutama bayam hijau dan berdasarkan keterangan dari ibu kebiasaan masyarakat disana masih berpatokan terhadap budaya seperti makanan yang diabatasi pada ibu hamil yang dipercaya agar tidak membuat ibu dan bayi dalam bahaya. Pada studi pendahuluan ini didapatkan dampak dari anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Martapura 1 tahun 2019 didapatkan kelahiran BBLR pada bulan januari sampai dengan bulan juni berjumlah 23 ibu melahirkan Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR).

Dampak yang ditimbulkan pada ibu yang mengalami anemia pada saat kehamilan antara lain, abortus, kurang tenaga saat melahirkan sehingga partus lama dan infeksi pada ibu dan bayinya, perdarahan pada waktu melahirkan, kelahiran prematur, bayi lahir dengan berat badan rendah serta janin mengalami kekurangan gizi saat dalam kandungan *Intra Uterine Growth Retardation* (IUGR). Anemia pada ibu hamil juga akan menyebabkan tingginya angka kematian ibu (AKI). (Rohmatika,2017))

1.2 Rumusan Masalah

Dari rumusan masalah diatas peneliti tertarik untu meneliti “efektifitas pemberian zat besi dan sayur bayam terhadap peningkatan kadar Hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia di wilayah kerja puskesmas martapura 1 tahun 2019”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Untuk mengetahui apakah ada pengaruh mengkonsumsi zat besi dan sayur bayam terhadap peningkatan Hb (hemoglobin) pada ibu hamil.

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Mengidentifikasi kadar hemoglobin sebelum dan sesudah diberikan zat besi dan sayur bayam pada kelompok intervensi ibu hamil dengan anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Martapura 1 Tahun 2019

1.3.2.2 Mengidentifikasi kadar hemoglobin sebelum dan sesudah diberikan zat besi pada kelompok kontrol ibu hamil dengan anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Martapura 1 Tahun 2019

1.3.2.3 Menganalisis perbedaan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah diberikan zat besi dan sayur bayam pada kelompok intervensi ibu hamil dengan anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Martapura 1 Tahun 2019

1.3.2.4 Menganalisis perbedaan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah diberikan zat besi pada kelompok kontrol ibu hamil dengan anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Martapura 1 Tahun 2019

1.3.2.5 Menganalisis perbedaan kadar hemoglobin pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol ibu hamil dengan anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Martapura 1 Tahun 2019

1.4 Manfaat penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat kepada semua pihak antara lain :

1.4.1 Bagi responden

Untuk memberikan informasi tentang bagaimana cara meningkatkan kadar hemoglobin dengan mengkonsumsi zat besi dan dibarengi dengan mengkonsumsi sayur bayam agar lebih efektif.

1.4.2 bagi peneliti

Sebagai sarana dalam mengembangkan dan mengaplikasikan ilmu yang didapat selama pendidikan dengan kenyataan yang ada dilapangan dan pengalaman yang sangat berguna dalam memberikan pelayanan kesehatan kepada masyarakat luas.

1.4.3 Bagi puskesmas

Sebagai informasi dan pengetahuan tentang pengaruh pemberian zat besi dan sayur bayam terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia.

1.4.4 Bagi institusi pendidikan

Untuk memberi literatur atau sebagai bahan pertimbangan maupun panduan bagi penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan “pengaruh pemberian zat besi dan sayur bayam terhadap peningkatan hemoglobin pada ibu hamil yang mengalami anemia”.

1.5 penelitian yang terkait

1.5.1 Penelitian Wilda Al Khusmah Rahayu Ningsih dkk (2018) dengan judul “*efektivitas sayur bayam dan tablet FE terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil dipuskemas tegalrejo*” metode penelitian yang digunakan quasy eksperimen dengan pretest postes one group desain. Peneliti mengambil sampel pada penelitian ini sebanyak 10 responden. Hasil penelitian ada pengaruh yang signifikan dari mengkonsumsi tablet zat besi (Fe) dan sayur bayam untuk meningkatkan kadar hemoglobin dengan nilai $p= 0,005 (<0,05)$.

1.5.2 Penelitian Dheny Rohmatika dkk (2017) dengan judul “*efektivitas pemberian ekstrak bayam terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia ringan*” metode penelitian yang digunakan penelitian eksperimen semu atau quasy experiment dengan rancangan randomized pretest dan posttest with control group design. Peneliti mengambil sampel dalam penelitian ini berjumlah 32 responden. Hasil penelitian didapatkan bahwa ekstrak bayam berpengaruh terhadap kenaikan kadar hemoglobin dengan nilai $p= 0,000 (<0,05)$

1.5.3 Penelitian Nuraysih dkk (2015) dengan judul ”*efektivitas terapi kombinasi jus bayam, jeruk sunkis, madu terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia diwilayah kerja UPDT puskesmas kecamatan puntianak selatan*” metode penelitian Quasy eksperimen model nonequivalent control-group. Peneliti mengambil sampel berjumlah 12 responden. Hasil penelitian adanya pengaruh pemberian kombinasi jus bayam, jeruk sunkis, madu terhadap kadar hemoglobin dengan didapatkan nilai $p=0,018 (<0,05)$.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya terletak pada judul, variabel, tempat dan waktu penelitian. Judul penelitian ini adalah “pengaruh pemberian tablet zat besi dan sayur bayam terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Martapura 1 Tahun 2019” Variabel penelitian terdiri dari tablet zat besi dan sayur bayam sebagai variabel bebas dan peningkatan kada hemoglobin sebagai variabel terikat. Sedangkan untuk populasi/sampel penelitian yang akan diambil oleh peneliti ambil yaitu ibu hamil dengan anemia pada tahun 2019, tempat penelitian di Wilayah Kerja Puskesmas Martapura 1 Tahun 2019.