



ASUHAN KEBIDANAN KEPADA IBU HAMIL ANEMIA RINGAN DENGAN KONSUMSI BUAH BIT

Yosi Andriani ¹⁾ Een Husanah SKM.M.Kes

D-III Kebidanan

STIKES HANG TUAH PEKANBARU

Email: yosiandriani876@gmail.com¹ eenhusanah@gmail.com²

Histori artikel

Received:
02 Januari 2022

Accepted:
10 April 2022.

Published:
27 April 2022

Abstrak

Anemia adalah suatu kondisi medis dimana jumlah sel darah merah atau hemoglobin kurang dari normal. Kehamilan dengan anemia bisa menjadikan kehamilan tersebut beresiko tinggi. Berdasarkan data yang diperoleh dari klinik pratama jambu mawar ditemukan ibu hamil anemia 5 orang dari 60 kunjungan ANC. Studi kasus ini bertujuan untuk mengetahui manfaat buah bit dalam meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil. Metode asuhan yang digunakan adalah studi kasus yang dilakukan pada ibu hamil anemia ringan dengan pemberian jus buah bit sebanyak 200 ml/hari selama 7 hari dan didokumentasikan dalam bentuk SOAP. Setelah dilakukan asuhan selama 7 hari diperoleh hasil bahwa terjadi peningkatan kadar hemoglobin dari 10,4 gr/d menjadi 12,1 gr/dl. Saran bagi penyedia layanan kesehatan untuk terus memantau kadar HB ibu hamil dan menginformasikan manfaat buah bit dalam meningkatkan kadar HB ibu hamil agar terhindar dari anemia.

Kata kunci : Ibu hamil, Anemia Ringan, Buah bit

Daftar bacaan : 29 (2010-2020)

Latar Belakang

Kehamilan merupakan kondisi fisiologis, dimana tubuh memerlukan asupan makanan yang cukup untuk ibu dan janin. Makanan yang baik dikonsumsi oleh ibu hamil adalah makanan yang padat energi dan tinggi akan kandungan zat gizi, jika tidak terpenuhi akan berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan janin. Dengan meningkatkan asupan makanan selama kehamilan juga dapat menghindari masalah atau komplikasi yang terjadi selama kehamilan (Olivia Dan Anggraeny, 2017)

Masalah yang terjadi pada proses kehamilan salah satunya adalah yang berkaitan dengan gizi. Masalah gizi yang banyak terjadi pada ibu hamil adalah anemia, dimana terjadi penurunan kadar hemoglobin (Hb) <11 mg/dl. Anemia pada masa kehamilan disebabkan oleh kurang atau rendahnya asupan makanan sumber zat besi yang dikonsumsi oleh ibu hamil sehingga kebutuhan zat besi dalam tubuh tidak tercukupi selama kehamilan (Kemenkes RI 2015).

Anemia adalah suatu kondisi medis di mana jumlah sel darah merah atau hemoglobin kurang dari normal. Adapun pembagian anemia menurut (Manuaba, 2010) terbagi atas 3 macam yaitu Anemia ringan 9 - 10 gr/dl Anemia sedang 7-8 gr, Anemia berat < 7 gr.

Kejadian anemia pada ibu hamil harus selalu di waspadai mengingat anemia dapat memberikan dampak buruk terhadap kehamilan, persalinan, dan nifas yaitu keguguran, partus prematus, inersia uteri dan partus lama, ibu lemah, atonia uteri dan menyebabkan perdarahan, syok, afibrino genemia, dan hipofibrino genemia, infeksi inpartum dan dalam nifas, bila terjadi anemia gravis (Hb di bawah 4 gr%) terjadi payah jantung yang bukan saja menyulitkan kehamilan dan persalinan, dapat meningkatkan resiko kematian ibu (Marmi, 2017).

Data Riset Kesehatan Dasar tahun 2013 menunjukkan prevalensi anemia di Indonesia sebesar 37,1% ibu hamil dari total populasi yang mengalami anemia dengan proporsi hampir sama antara perkotaan (36,4%) dan perdesaan (37,8%) (Kemenkes, 2014)

Selama kehamilan keperluan zat besi akan bertambah, oleh karena itu untuk mengobati dan mencegah terjadinya anemia selama kehamilan, ibu hamil harus mengkonsumsi makanan kaya zat besi misalnya sayuran berwarna hijau kacang-kacangan kering, buah kering dan buah-buahan salah satunya yaitu buah bit (Darul Azhar, 2019)

Salah satu jenis buah yang mengandung zat besi adalah buah bit. Diantara semua buah, buah bit adalah salah satu buah yang tinggi kadar asam folat yaitu 108 mg dari buah lainnya. Buah bit yang dikenal dengan akar bit ataupun bit merah ini merupakan salah satu jenis tanaman dari kelompok *Amaranthaceae* dan memiliki nama latin *Beta Vulgaris* (Stephana, W. utami, s. Elita, V, 2016).

Berdasarkan Daftar Komposisi Bahan Makanan (DKBM) 2018, Bit secara signifikan mengandung vitamin A, C, zat besi, dan tinggi folat. antara lain adalah 108 mg asam folat, 10.0 mg vitamin C, 1,0 mg zat besi. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa kandungan senyawa kimia yang terdapat dalam buah bit sangat bermanfaat bagi kesehatan antara lain sebagai pembersih darah yang ampuh, melegakan pernafasan, memaksimalkan perkembangan otak bayi, sebagai anti kanker dan mengatasi anemia.

Menurut hasil penelitian (Irwanti Gustina, DKK 2019) Dapat di simpulkan bahwa hemoglobin ibu

hamil dengan anemia. Dengan mengkonsumsi jus buah bit sebanyak 200 ml didapatkan hasil pada ibu hamil anemia dari hb 8,82 gr/dl menjadi 13,00 gr/dl. Sehingga mengkonsumsi jus buah bit dapat dijadikan alternatif untuk menaikkan kadar hb pada ibu hamil anemia.

Berdasarkan data yang diperoleh dengan register ibu hamil dalam 2 bulan terakhir dijumpai ibu yang mengalami anemia berjumlah 5 orang dari 60 orang ibu hamil Di Klinik Pratama Jambu Mawar. maka penulis tertarik untuk mengambil kasus yang berjudul “ asuhan kebidanan kepada ibu hamil anemia ringan dengan konsumsi buah bit diklinik pratama jambu mawar pekanbaru ”

Metode

Metode asuhan yang digunakan adalah studi kasus yang dilakukan pada ibu hamil anemia pada tanggal 08 April – 14 April 2021 dengan pemberian jus buah bit sebanyak 200 ml/hari selama 7 hari dan didokumentasikan dalam bentuk SOAP

Hasil

Asuhan kebidanan dilakukan dengan menggunakan pendokumentasian SOAP (subjektif, objektif, assessment, planning) pada ibu hamil multigravida.

Pada kunjungan awal ibu merasakan keluhan lemas kepala pusing dan nafsu makan berkurang. Pada malam hari ibu mengeluhkan susah untuk tidur, Hasil pemeriksaan HB HB 10,4 gr/dl .kemudian penulis memberikan asuhan kebidanan pada ibu hamil untuk mengatasi keluhan yang dialaminya. Pada kunjungan kedua yaitu pada hari ke 7 ibu mengatakan setelah mengkonsumsi jus buah bit keluhan yang dialaminya mulai berkurang pada hari 4 asuhan dan dari hasil pemeriksaan HB pada kunjungan ke dua diperoleh hasil HB 12 gr/dl.

Kejadian anemia pada ibu hamil harus selalu di waspadai mengingat anemia dapat memberikan dampak buruk terhadap kehamilan, persalinan, dan nifas yaitu keguguran, partus prematus, inersia uteri dan partus lama, ibu lemah, atonia uteri dan menyebabkan perdarahan, syok, afibrino genemia, dan hipofibrino genemia, infeksi inpartum dan dalam nifas, bila terjadi anemia gravis (Hb di bawah 4 gr%) terjadi payah jantung yang bukan saja menyulitkan kehamilan dan persalinan, dapat meningkatkan resiko kematian ibu (Marmi, 2017).

Berdasarkan Daftar Komposisi Bahan Makanan (DKBM) 2018, Bit secara signifikan mengandung vitamin A, C, zat besi, dan tinggi folat. antara lain adalah 108 mg asam folat, 10.0 mg vitamin C, 1,0 mg zat besi. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa kandungan senyawa kimia yang terdapat dalam buah bit sangat bermanfaat bagi kesehatan antara lain sebagai pembersih darah yang ampuh, melegakan pernafasan, memaksimalkan perkembangan otak bayi, sebagai anti kanker dan mengatasi anemia.

Pembahasan

Pembahasan ini dimaksudkan agar dapat diambil suatu kesimpulan dan pemecah masalah dari masalah yang ada, sehingga dapat di gunakan sebagai tindakan lanjut dalam penerapan asuhan kebidanan yang tepat, efektif dan efisien. Pembahasan ini akan di bahas menurut setiap kajian dan akan dibandingkan dengan teori yang ada. Pada kunjungan awal tanggal 08 April 2021 di klinik Jambu Mawar di lakukan anamnesa, ibu mengatakan lemas pusing nafsu makan berkurang dan susah tidur. Ini merupakan kehamilan yang ke 4 dan ibu tidak pernah keguguran. Hasil pemeriksaan diperoleh tanda tanda vital dalam keadaan normal. Konjungtiva pucat dan hasil pemeriksaan HB 10,4 gr/dl .Pada pemeriksaan raba bagian terbawah janin adalah kepala.Ibu diberikan konseling tentang Anemia dan cara mengatasinya dengan mengkonsumsi buah bit secara teratur selama satu minggu sebanyak 200ml.

Setelah mengkonsumsi buah bit selama 7 hari secara teratur ibu mengatakan lemas dan pusing sudah berkurang, nafsu makan mulai meningkat dihari ke 4, keluhan susah tidur sudah mulai berkurang. Hasil pemeriksaan diperoleh tanda tanda vital dalam keadaan normal konjungtiva merah muda dan hasil pemeriksaan HB 12 gr/dl. menurut teori (Astutik, Reni Yulia, Dkk 2018) lelah, pusing, kulit pucat, nafsu makan turun, nyeri dada yang disebabkan hemoglobin ibu kurang dari normal.

Menurut penelitian (Gustina irwanti, dkk 2019) menyatakan bahwa dari adanya nilai kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia terjadi kenaikan kadar hb dari 8,82 gr/dl menjadi 13.00 gr/dl sehingga mengkonsumsi jus buah bit dapat dijadikan alternatif unuk menaikkan kada hb pada ibu hamil anemia

Hal ini sesuai yang dilakukan oleh penulis untuk mengatasi masalah anemia pada ibu hamil dengan mengkonsumsi jus buah bit sebanyak 200 ml selama 7 hari berturut turut didapatkan bahwa keluhan ibu hamil mulai berkurang di hari ke 4 dan dihari ke 7 diperoleh hasil kadar ibu hamil meningkat menjadi 12 gr/dl.

Kesimpulan

Setelah diberikan Asuhan pada Ny. S G4 P3 A0 dengan usia kehamilan 24 minggu di Klinik untuk menaikkan kadar HB ibu hamil dengan pemeberian jus buah Bit sebanyak 200 ml selama 7 hari secara teratur di peroleh hasil yaitu keluhan yang dialami ibu dapat berkurang dihari ke 4 dan di hari ke 7 terjadi peningkatan kadar HB ibu yaitu 12gr/dl.

Daftar Pustaka

- (Stephana, W. Utami, S. Elita 2016) Bayu Irianti, Erda Mutiara H Alida, Fitra Duhita, Fitria Prabandari, Nova Yulita, Nova Yulianti, Setiya Hartiningtiyaswati, Yuliza Anggraini. 2014. *Asuhan Kehamilan Berbasis Bukti*. Ed. Farid Husin. Jakarta: Sagung Seto.
- Elisabeth Siwi Walyani. 2015. *Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan*. Yogyakarta.
- Fadlun, Achmad Feryanto. 2012. *Asuhan Kebidanan Patologis*. Ed. Aklia Suslia. Jakarta.

- Marni. 2017. *Asuhan Kebidanan Patologi*. Ed. Pustaka Bellajar. Yogyakarta.
- Miratu Megasari, Juli Yanti, Ani Triana, Liva Maita. 2019. *Catatan Soap Sebagai Dokumentasi Legal Dalam Praktik Kebidanan*. Ed. Panca Desristanto J.M. Metha. Yogyakarta.
- Mufdillah, Asri Hidayat, Ima Kharimaturrahmah. 2012. *Konsep Kebidanan*. Ke-1. Yogyakarta: Medical Book.
- Olivia, Anggraeny. 2017. *Gizi Prakosepsi, Kehamilan, Dan Persalinan*.
- Properawati Atikah. 2011. *Anemia Dan Anemia Kehamilan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Putu Mastiningsih, M.Biomed Yayuk Chrisyanti Agustina. 2019. *Buku Ajar Asuhan Kehamilan*. Bogor.
- Riskesdes. 2018. "Kemenkes Ri." *Kemenkes Ri*.
- Stephana, W. Utami, S. Elita, V. 2016. "Efektifitas Pemberian Jus Buah Bit Terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Dengan Anemia." *Kazoku Syakaigaku Kenkyu*.
- Suryana, Dayat. 2018. *Manfaat Buah*.
- Triana Indrayani, Risza Choirunnisa, Marlin Herlina Tambunan. 2019. "Pengaruh Pemberian Jus Umbi Bit Terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Dengan Anemia Di Bpm Miftah Wahyudi Kec. Jatijajar Depok Tahun 2019." *Journal For Quality Womwns Health*.
- Astutik, Reni Yuli Dan Dwi Ertiana. 2018. *Anemia Dalam Kehamilan*. Jawa Timur: Cv. Pustaka Abadi.
- Dartiwen, S.S.T., M.Kes, Yati. 2019. *Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan*. Ed. Adoty A.C. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Kec, Puskesmas Et Al. 2019. "Hemoglobin Di Wilayah Kerja Puskesmas Kec . Kramat Jati." (1).
- Miftahul Khairoh, S.St., M.Kes, Arkha Rosyariah B, S.St., M.Kes, Kholifatul Ummah, S. Pd., M.Kes. 2019. *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Surabaya: Cv. Jakad Publishing Surabaya 2019.
- Sumardjo, Damin. 2006. *Pengantar Kimia*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran Egc.
- Wiwit Dwi Nurhadriyah. 2019. *Anemia Defisiensi Besi*. Yogyakarta: Deepublish Publisher.
- Dwienda R, Octa, Dkk. 2014. *Asuhan Kebidanan Neonatus, Bayi/Balita Dan Anak Prasekolah Untuk Para Bidan*. Yogyakarta: Cv Budi Utama.
- Komalasari Renata, Eny Meiliya, Estiy Wahyuningsih. 2010. *Buku Saku Kebidanan*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran Egc.
- Nidianti, Ersalina et al. 2019. "Pemeriksaan Kadar Hemoglobin Dengan Metode POCT (Point of Care Testing) Sebagai Deteksi Dini Penyakit Anemia Bagi Masyarakat Desa Sumbersono, Mojokerto." *Jurnal Surya Masyarakat* 2(1): 29.
- Prof. dr. Ida Bagus Gde Manuaba, DSOG. 1998. *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan Dan Keluarga*

Berencana Untuk Pendidikan Bidan. ed. SKp Setiawan. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
Manuaba (ed.) (2010) *Ilmu Kebidanan penyakit Kandungan, dan KB*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.