



## **PENINGKATAN HB PADA IBU HAMIL ANEMIA KEBIDANAN PADA IBU HAMIL ANEMIA DENGAN KONSUMSI SUSU KEDELAI**

Siti Nurhaliza<sup>1)</sup>, Een Husanah<sup>2)</sup>

Program Studi DIII Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan  
Hang Tuah Pekanbaru

<sup>1)</sup> [stinurhaliza79@gmail.com](mailto:stinurhaliza79@gmail.com) <sup>2)</sup> [eenhusanah@gmail.com](mailto:eenhusanah@gmail.com)

### **Histori artikel**

*Received:*  
10 Januari 2022

*Accepted:*  
20 Maret 2022

*Published:*  
27 April 2022

### **Abstrak**

Anemia pada ibu hamil didefinisikan sebagai konsentrasi hemoglobin yang kurang dari 12 g/dl dan kurang dari 10 g/dl selama kehamilan atau masa nifas. kadar hemoglobin pada sebagian besar wanita sehat memiliki cadangan zat besi yaitu 11g/dl atau lebih. Pada wanita hamil, anemia meningkatkan frekuensi komplikasi pada kehamilan dan persalinan. Resiko kematian maternal, angka prematuritas, BBLR, dan angka kematian orenatal meningkat. Salah satu unuk mencegah terjadinya anemia selama kehamilan yaitu dengan mengkonsumsi susu kedelai. Asuhan ini bertujuan untuk mengetahui manfaat susu kedelai dalam meningkatkan kadar HB ibu hamil.. Hasil asuhan yang yang didapatkan pada Ny I, dengan usia kehamilan 25 minggu 5 hari didapatkan hasil terjadi peningkatan hemoglobin yang awalnya Hb ibu 10 gr/dl menjadi 10,6 gr/dl . Pemberian susu kedelai dilakukan selama 7 hari berturut turut dengan mengkonsumsi sehari sebanyak 200 ml. Pemberian susu kedelai memberikan pengaruh pada anemia yang dialami ibu hamil. Laporan studi kasus ini dibuat dengan tujuan untuk memberikan asuhan pada ibu hamil yang mengalami anemia di Klinik Pratama Jambu Mawar dengan konsumsi susu kedelai.

Kata Kunci : Ibu Hamil, Anemia, Susu Kedelai  
Daftar bacaan : (2010-2019)

## Latar Belakang

Kehamilan merupakan suatu keadaan dimana seorang wanita yang didalam rahimnya terdapat embrio atau fetus kehamilan dimulai saat masa konsepsi hingga lahirnya janin, dan lamanya kehamilan dimulai dari ovulasi hingga partus yang diperkirakan sekitar 40 minggu dan tidak melebihi 43 minggu (Kuswanti, 2014). Setiap kehamilan memiliki resiko, resiko kehamilan yang tidak diatasi dengan baik bisa menyebabkan terjadinya resiko tinggi, salah satu resiko tersebut adalah anemia.

Anemia pada ibu hamil didefinisikan sebagai konsentrasi hemoglobin yang kurang dari 12 g/dl dan kurang dari 10 g/dl selama kehamilan atau masa nifas. Konsentrasi hemoglobin lebih rendah pada pertengahan kehamilan, pada awal kehamilan dan kembali menjelang persalinan, kadar hemoglobin pada sebagian besar wanita sehat memiliki cadangan zat besi yaitu 11g/dl atau lebih. Atas alasan tersebut, Centers for disease control (1990) mendefinisikan anemia sebagai kadar hemoglobin kurang dari 11g/dl pada trimester pertama dan ketiga dan kurang dari 10,5 g/dl pada trimester kedua. (Irianto, K. 2014)

Dari data secara global prevalensi anemia pada ibu hamil diseluruh dunia adalah sebesar 41,8 %. Prevalensi anemia pada ibu hamil di indonesia meningkat dibandingkan dengan 2013, pada tahun 2013 sebanyak 37,1% ibu hamil anemia sedangkan pada tahun 2018 meningkat menjadi 48,9% (Risksedes,2018)

Anemia merupakan suatu penyakit yang ditandai dengan kurangnya jumlah sel darah merah dalam darah. Penyebab utama terjadinya anemia adalah kekurangan zat besi. Berdasarkan data Survei Penduduk Antar Sensus (SUPAS) tahun 2015 Angka Kematian Ibu (AKI) 305/100.000 Kelahiran Hidup (KH), dan berdasarkan Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2017, Angka Kematian Bayi (AKB) 24/1000 KH, adapun target Sustainable Development Goals (SDGs) pada tahun 2030 adalah AKI mencapai 70/100.000 KH, sedangkan AKB 12/1000 KH. Ibu hamil membutuhkan asupan zat gizi yang baik untuk tumbuh kembang janinya, untuk itu dibutuhkan asupan gizi yang beragam untuk mencukupi zat gizi yang terkandung dalam makanan tersebut (Hasanah and Febrianti, 2012).

Penentuan status gizi (PSG) sangat penting pada tumbuh kembang bayi balita, tujuan dari penentuan status gizi itu sebagai awal perbaikan gizi di suatu masyarakat khususnya ibu hamil agar kebutuhan gizi bayi balita terpenuhi (Kemenkes RI, 2017). Anemia merupakan masalah kesehatan yang penting di seluruh dunia. Sekitar 51% ibu hamil menderita anemia dua kali lipat dari pada wanita tidak hamil.

Kebutuhan fisiologis seseorang bervariasi berdasarkan usia, jenis kelamin, tempat tinggal, perilaku merokok dan tahap kehamilan. Penyebab anemia umumnya karena kekurangan pengetahuan tentang anemia, kekurangan zat besi, asamfolat, vitamin B12 dan vitamin A. Peradangan akut dan kronis, infeksi parasit, kelainan bawaan yang mempengaruhi sintesis hemoglobin, kekurangan produksi sel darah merah dapat menyebabkan anemia (Siska, 2017).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Risksedes, 2013), prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia sebesar 37,1%. Pemberian tablet Fe di Indonesia pada tahun 2012 sebesar 85%, presentase ini mengalami peningkatan dibandingkan pada tahun 2011 yang sebesar 83,3%. Meskipun pemerintah sudah melakukan program penanggulangan anemia pada ibu hamil yaitu dengan memberikan 90 tablet Fe kepada

ibu hamil selama periode kehamilan dengan tujuan menurunkan angka anemia ibu hamil, tetapi kejadian anemia masih tinggi. Untuk mengatasi anemia pada ibu. yaitu dengan pemberian 60 mg tablet Fe dan 50 nanogram asam folat selama kehamilan. Ibu hamil harus mengkonsumsi tablet Fe minimal 1 tablet setiap hari hingga 90 tablet.

Kekurangan zat besi sejak sebelum kehamilan bila tidak diatasi dapat mengakibatkan ibu hamil dapat menderita anemia. Diperkirakan bahwa angka kejadian anemia mencapai 12,8% dari kematian ibu selama kehamilan dan persalinan di Asia. Dan prevalensi anemia defisiensi besi pada ibu hamil sebesar 50,5 % (Kemenkes RI, 2015).

Selain konsumsi tablet Fe, banyak cara lain untuk menaikkan kadar HB salah satunya adalah dengan mengkonsumsi susu kedelai. Hasil penelitian dengan diberikan susu kedelai dengan dosis 1x200 ml selama tujuh hari berturut-turut mengalami peningkatan kadar Hb sebesar 0,42 gr/dl. Hal ini dikarenakan dari 100 ml susu kedelai mengandung 0,39 mg Fe. Pemberian susu kedelai dapat memenuhi kebutuhan zat besi yang tidak dapat dipenuhi secara adekuat melalui makanan setiap hari. Zat besi dalam susu kedelai bermanfaat untuk meningkatkan sel-sel darah merah ibu hamil. (Novianti et al., 2019)

Berdasarkan survey dinas yang dilakukan di Klinik Pratama Jambu Mawar pada bulan Januari- 10 Februari ibu hamil yang melakukan kunjungan ANC sebanyak 60 orang, dan 5 orang ibu hamil yang terdeteksi anemia ringan. Ibu hamil yang ditemui selama dinas yang mengalami anemia tidak mengetahui bahwa dengan mengkonsumsi susu kedelai dapat meningkatkan HB, oleh karena itu penulis tertarik melakukan Asuhan Kebidanan pada ibu hamil anemia dengan konsumsi Susu Kedelai.

## Metode

Metode asuhan yang digunakan adalah studi kasus yang dilakukan pada ibu hamil Anemia dengan pemberian susu kedelai selama 7 hari sebanyak 400 ml. Pada studi kasus ini dilakukan asuhan kebidanan yang dimulai dari anamnesis beserta diakhiri dengan pendokumentasian dalam bentuk SOAP. Studi kasus ini yaitu asuhan kebidanan pada ibu hamil untuk mengatasi masalah anemia.

## Hasil

Asuhan kebidanan dilakukan dengan menggunakan pendokumentasian SOAP (subjektif, objektif, assessment, planning) pada ibu hamil multigravida. Kunjungan pertama dilakukan di klinik Jambu Mawar pada tanggal 15 April 2021. Ibu mengatakan lemas mudah pusing hasil pemeriksaan ibu keadaan umum ibu baik, tanda vital ibu dalam keadaan normal, pemeriksaan Raba presentasi kepala dan pemeriksaan HB 10 gr/dl. Penulis memberikan asuhan kebidanan pada ibu hamil anemia dan untuk meningkatkan kadar Hb ibu hamil dianjurkan untuk mengkonsumsi susu kedelai sebanyak 400ml selama satu minggu berturut-turut. Kunjungan kedua dilakukan pada tanggal 22 April 2020 Ibu mengatakan keluhan yang dialaminya sudah mulai berkurang

keadaan umum ibu baik tanda vital ibu dalam batas normal dan hasil pemeriksaan HB pada kunjungan ini 12,6 gr/dl.

## Pembahasan

Pembahasan ini ditulis dengan maksud memberikan penjelasan khusus mengenai tinjauan kasus yang telah dijabarkan agar dihadapkan suatu pemecahan masalah dan kesenjangan yang ada dan akhirnya dapat ditarik sehingga dapat digunakan sebagai tindak lanjut dalam penerapan asuhan kebidanan yang tepat, efektif serta efisien pembahasan ini akan dibahas setiap kajian dari kunjungan serta mengevaluasi hasil dari kunjungan tersebut.

Asuhan pertama dilakukan di klinik Jambu mawar pada tanggal 15 April 2021. Ibu mengatakan merasa lemas, dan pusing, keadaan umum, tekanan darah 100/70 mmhg, denyut nadi 83x/m, pernapasan 22x/m, suhu 36,6 C, lila 28 cm, BB 60,6 Kg, Hb 10 gr/dl, konjungtiva ibu pucat, untuk mengatasi keluhan ibu dianjurkan untuk mengkonsumsi makanan yang kaya akan zat besi salah satunya adalah susu kedelai. Kunjungan kedua dilakukan pada hari ke 7. Setelah mengkonsumsi susu kedelai selama 7 hari sebanyak 400ml diperoleh hasil yaitu keadaan umum ibu baik, tekanan darah 130/90 mmhg, nadi 84 x/i, pernapasan 22 x/i, suhu 36,5 C, Lila 28 cm, konjungtiva merah muda, Hb 12,6 gr/dl. Ibu mengatakan nyeri yang dirasakan sudah mulai berkurang dan ibu suka mengkonsumsi Susu kedelai dan mau melanjutkan untuk meminumnya setelah bersalin.

Pada pelaksanaan Ny.I dianjurkan mengkonsumsi susu kedelai 400 ml (2 gelas kecil) perhari selama 7 hari, namun pada pelaksanaannya ibu mengkonsumsi susu kedelai lebih dari yang dianjurkan hal ini dikarenakan ibu menyukai susu kedelai. Kemudian ibu dianjurkan untuk makan makanan mengandung zat besi seperti kurma, pepaya, kangkung, bayam, daging sapi, hati ayam, dan susu, serta menjaga pola istirahat dengan istirahat malam 8 jam dan 1 jam istirahat siang. Untuk pola makan ibu tidak ada pantangan. Kemudian Penulis menjadwalkan kunjungan ulang 2 kali kunjungan yang dilakukan dalam 7 hari, selain tatap muka langsung kepada pasien penulis juga melakukan komunikasi via telpon atau video call untuk mengevaluasi ibu dalam meminum susu kedelai dan pola makan minum ibu hamil. Pada kunjungan yang terakhir pada tanggal 22 april 2021 ibu mengatakan bahwa tidak mudah lelah, merasa pusing, sesak nafas lagi, hanya terjadi sekali-kali atau hampir tidak ada di karenakan ibu menjalani atau melakukan dengan baik asuhan yang telah diberikan ibu, Pola makan minum ibu sangat baik dengan mengkonsumsi makanan mengandung zat besi, vitamin C, dan asam folat, tablet Fe tetap dikonsumsi sehingga setelah diperiksa di temukan hemoglobin ibu menjadi 12,6 gr/dl.

Sejalan dengan hasil asuhan yang diberikan, Hasil penelitian Valentina (2018) ibu hamil masing-masing diberikan susu kedelai dengan dosis 250 ml/hari selama 7 hari secara rutin mengalami peningkatan kadar Hb dengan rata-rata sebesar 0,87 gr/dl. Hal ini dikarenakan dari 100 ml susu kedelai mengandung 0,70 mg zat besi dalam tubuh hingga memenuhi kebutuhan zat besi yang tidak dapat dipenuhi melalui makanan setiap hari.

Hasil penelitian Sulis Faraz (2017) tentang pengaruh pemberian susu kedelai terhadap kadar hb ibu hamil menunjukkan bahwa kadar hb meningkat dari 12,5 gr/dl menjadi 13 gr/dl. Didapatkan bahwa kenaikan kadar hb pada ibu hamil tersebut berbeda-beda hal tersebut dikarenakan oleh nutrisi ibu hamil yang didapatkan dari makanan yang mereka makan setiap harinya. Penelitian lain dilakukan dengan menggunakan susu kedelai untuk meningkatkan kadar hb ibu hamil. Hasil penelitian menunjukkan bahwa angka rata-rata kadar hb sebelum konsumsi susu kedelai 9,36 gr/dl meningkat menjadi 9,76 gr/dl setelah diberi susu kedelai dengan dosis 1x200 ml selama 7 hari.

## Kesimpulan

Asuhan kebidanan pada ibu hamil dengan anemia ringan dengan konsumsi susu kedelai selama 7 hari sebanyak 200 ml perhari yang diminum secara rutin memberikan hasil terjadi kenaikan hb sebanyak 2,6 gr% yang awal hb ibu hamil 10 gr/dl setelah diberikan asuhan menjadi 10,6 gr/dl kenaikan kadar hb yang banyak ini bisa disebabkan karna ibu hamil mengkonsumsi lebih dari 200 ml perhari selama 7 hari karna ibu suka mengkonsumsi susu kedelai, dilaksanakan menggunakan pendekatan dengan pendokumentasian SOAP (*Subjektif, Objektif, Assesment dan Plan*)

## Daftar Pustaka

- Astawan. (2015). Pengaruh Konsumsi Tempe Kedelai Grobogan Terhadap Profil Serum, Hematologi Dan Antioksidan Tikus. *Jurnal Teknologi Dan Industri Pangan*, 26(2), 155–162. <https://doi.org/10.6066/jtip.2015.26.2.155>
- Budimarwanti, C. (2017). Komposisi dan Nutrisi pada Susu Kedelai. *Komposisi Dan Nutrisi Pada Susu Kedelai*, 1–7.
- Hidayati, D. (2010). Pola Pertumbuhan Bakteri Asam Laktat Selama Fermentasi Susu Kedelai. *Jurnal Teknologi Hasil Pertanian*, 3(2), 72. <https://doi.org/10.20961/jthp.v0i0.13630>
- Novianti, Asmariyah, & Suriyati. (2019). Pengaruh Pemberian Susu Tempe Terhadap Kadar Haemoglobin Pada Ibu Hamil Tm III Di Kota Bengkulu. *Journal Of Midwifery*, 7(1), 23–29. <https://doi.org/10.37676/jm.v7i1.770>
- Ulfiana, E., & M.Has, E. M. (2019). Pemberdayaan Kaum Ibu Melalui Pengolahan Susu Kedelai Sebagai Upaya Peningkatan Gizi Keluarga. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Dalam Kesehatan*, 1(1), 21. <https://doi.org/10.20473/jpmk.v1i1.12327>
- Yuniwati, Y. (2018). Pengaruh Pemberian Susu Tempe Terhadap Kadar Haemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Media Kesehatan*, 7(2), 169–176. <https://doi.org/10.33088/jmk.v7i2.242>
- Sulistyoningsih. 2011. Gizi Untuk Kesehatan Ibu dan Anak. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Riset Kesehatan Dasar 2013. In: Indonesia KKR, editor. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan 2013
- Kemenkes RI 2018, Promosi Kesehatan Pentingnya Konsumsi Fe bagi Ibu Hamil, Kemenentrian Kesehatan, Jakarta.

Proverawati. 2011. Anemia dan Anemia Kehamilan. Yogyakarta : Nuha Medika.

Sugiyono, 2015. Metode Penelitian Kombinasi. Bandung: Alfabeta