

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Dasar Kasus

1. Pengertian anemia dalam kehamilan

Anemia adalah suatu kondisi tubuh dimana jumlah dan ukuran sel darah merah atau kadar hemoglobin (Hb) lebih rendah dari normal, yang akan mengakibatkan terganggunya distribusi oksigen oleh darah ke seluruh tubuh. Anemia pada kehamilan dapat meningkatkan resiko komplikasi persalinan, seperti kelahiran prematur, berat badan lahir rendah (BBLR), kelainan janin, abortus, intelegensi rendah, mudah terjadi pendarahan dan syok akibat lemahnya kontraksi rahim (Rahmawati, 2012).

Menurut Irianto (2014) selama kehamilan, wanita hamil mengalami peningkatan plasma darah hingga 30%, sel darah 18%, tetapi Hb hanya bertambah 19%. Akibatnya, frekuensi anemia pada kehamilan cukup tinggi.

Pada kehamilan kebutuhan oksigen lebih tinggi sehingga memicu peningkatan produksi eritropoesis. Akibatnya, volume plasma bertambah dan sel darah merah (eritrosit) meningkat. Namun, peningkatan volume plasma terjadi dalam proporsi yang lebih besar jika dibandingkan dengan peningkatan eritrosit sehingga terjadi penurunan konsentrasi hemoglobin (Hb) akibat hemodilusi, (Prawirihardjo, 2013)

World Health Organization (WHO, 2016), melaporkan bahwa prevalensi anemia pada ibu hamil di dunia sekitar 40,1 persen. Persentase tersebut mengalami peningkatan dari tahun 2015 sebesar 39,8 persen dan tahun 2014 sebesar 39,6 persen (WHO, 2014). Prevalensi anemia pada ibu hamil diperkirakan di Asia sebesar 48,2persen, Afrika 57,1persen, Amerika 24,1persen dan Eropa 25,1persen (Astria, 2017).

Berdasarkan data hasil Riset Kesehatan Dasar (Kemenkes RI, 2018), prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia sebesar 48,9 persen. Data anemia pada ibu hamil mengalami peningkatan dibandingkan data anemia hasil Riskesdas pada tahun 2013 yaitu sebesar 37,1 persen diantaranya pada trimester satu sebanyak 3,8 persen, trimester dua

sebanyak 13,6 persen dan trimester ketiga sebanyak 24,8persen (Depkes RI, 2016).

Laporan Dinas Kesehatan Kota Medan (2018) menunjukkan data dari 39.240 ibu hamil terdapat 780 ibu hamil yang mengalami anemia. Ketika hamil, tubuh membuat lebih banyak darah untuk berbagi dengan bayinya. Tubuh mungkin memerlukan darah hingga 30% lebih banyak daripada ketika tidak hamil. Selama kehamilan biasanya terjadi hiperplasia erythroid dari sumsum tulang, dan meningkatkan masa RBC (Red Blood Cell) atau jumlah sel darah merah. Peningkatan yang tidak proporsional dalam hasil volume plasma menyebabkan hemodilusi (hydrema kehamilan): Hct (hematokrit) atau presentase bagian darah yang padat dibandingkan dengan plasma menurun dari antara 38 dan 45% pada wanita sehat yang tidak hamil sampai sekitar 34% selama kehamilan tunggal dan sampai 30% selama akhir kehamilan multifetal atau kehamilan kembar. Selama kehamilan, anemia didefinisikan sebagai kadar hemoglobin 10 gr/dL ($Ht < 30$) dan jika kadar Hb $< 11,5$ gr/dl pada awal kehamilan. Wanita hamil mungkin perlu diberikan obat profilaktik karena hemodilusi, biasanya mengurangi kadar Hb sampai < 10 gr/dl. Anemia terjadi pada 1/3 dari perempuan selama trimester ketiga. Penyebab umum adalah defisiensi zat besi dan float (Proverawati, A, 2011).

Di Indonesia dilaporkan bahwa penyebab tingginya Angka Kematian Ibu (AKI) adalah perdarahan 32,34%, hipertensi 15,16%, infeksi 3,3%, gangguan system peredaran darah (jantung) 4,4%, gangguan metabolic (DM, dll) 4,4%, dan lain-lain 40,4%. (Profil Kesehatan Provinsi Lampung, 2018).

Klasifikasi anemia Pemeriksaan hemoglobin secara rutin selama kehamilan merupakan kegiatan yang umumnya dilakukan untuk mendeteksi anemia. Klasifikasi anemia bagi ibu hamil menurut Riskesdas (2013) :

- a. Tidak anemia : ≥ 11 gr%
- b. Anemia : < 11 gr% .
- c. Anemia sedang : Hb 7-8gr%

d. Anemia berat : Hb <7gr%

2. Tanda dan gejala

Gejala umum ini muncul pada setiap kasus anemia setelah penurunan Hb sampai kadar tertentu (Hb <8 gr/dl). Sindrom anemia terdiri atas rasa lemah, lesu, cepat lelah, telinga mendenging, mata berkunang-kunang, kaki terasa dingin, dan sesak nafas. Pada pemeriksaan seperti kasus anemia lainnya, ibu hamil tampak pucat, yang mudah dilihat pada konjungtiva, mukosa mulut, telapak tangan dan jaringan dibawah kuku.

Menurut Soebroto (2010), gejala anemia pada ibu hamil diantaranya adalah:

- 1) Cepat lelah
- 2) Sering pusing
- 3) Nafsu makan turun
- 4) Konsentrasi hilang
- 5) Nafas pendek
- 6) Keluhan mual muntah lebih hebat pada kehamilan muda.

Sedangkan tanda-tanda anemia pada ibu hamil di antaranya yaitu:

- 1) Terjadinya peningkatan kecepatan denyut jantung karena tubuh berusaha memberikan oksigen lebih banyak ke jaringan
- 2) Adanya peningkatan kecepatan pernafasan karena tubuh berusaha menyediakan lebih banyak oksigen pada darah
- 3) Pusing akibat kurangnya darah ke otak
- 4) Terasa lelah karena meningkatnya oksigenasi berbagai organ termasuk otot jantung dan rangka
- 5) Kulit pucat karena berkurangnya oksigenasi

3. Dampak Anemia pada ibu hamil

Dampak anemia pada ibu hamil bukan tanpa risiko, melainkan tingginya angka kematian ibu berkaitan erat dengan anemia. Anemia juga menyebabkan rendahnya kemampuan jasmani karena sel - sel tubuh tidak cukup mendapatkan pasokan oksigen. Pada wanita hamil, anemia meningkatkan frekuensi komplikasi pada kehamilan dan 10 persalinan. Risiko kematian maternal, angka prematuritas, berat badan bayi lahir

rendah, dan angka kematian perinatal meningkat. Pendarahan antepartum dan postpartum lebih sering dijumpai pada wanita yang anemia dan lebih sering berakibat fatal, sebab wanita yang anemia tidak dapat terhindar dari kehilangan darah (Rukiyah, 2010).

Menurut Arisman 2004, anemia dalam kehamilan dapat dicegah dengan mengonsumsi makanan bergizi seimbang dengan asupan zat besi yang cukup untuk memenuhi kebutuhan tubuh. Ada beberapa pendekatan dasar untuk mencegah anemia antara lain:

- a. Pemberian tablet Fe
- b. Pendidikan dan upaya yang ada kaitannya dengan peningkatan asupan zat besi melalui makanan
- c. Pengawasan penyakit infeksi
- d. Modifikasi makanan pokok dengan zat besi Penanggulangan anemia pada ibu hamil dapat dilakukan dengan cara pemberian tablet Fe serta peningkatan kualitas makanan sehari-hari. Ibu hamil biasanya tidak hanya mendapatkan preparat besi tetapi juga asam folat (Sulistyoningsih, 2011).

4. Penyebab Anemia

Menurut Proverawati, A (2011) banyak kondisi medis yang dapat menyebabkan anemia. Penyebab umum dari anemia adalah :

- a) Anemia dari pendarahan aktif Kehilangan darah melalui perdarahan menstruasi berat atau luka dapat menyebabkan anemia. Ulkus gastrointestinal atau kanker seperti kanker usus besar mungkin secara perlahan dapat menyebabkan anemia. Kehilangan darah akut dari perdarahan internal (dampak dari ulkus peptikum) atau perdarahan eksternal (seperti trauma) dapat menyebabkan anemia dalam kurun waktu yang sangat singkat. Jenis anemia ini bisa mengakibatkan gejala parah dan konsekuensi berat jika tidak segera ditangani.
- b) Anemia defisiensi besi Kebutuhan besi pada sumsum tulang untuk membuat sel-sel darah merah. Iron memainkan peranan penting dalam struktur yang tepat dari molekul hemoglobin. Jika asupan

besi terbatas atau tidak memadai karena asupan diet yang buruk, anemia dapat terjadi sebagai hasilnya. Hal ini disebut anemia kekurangan zat besi.

- c) Anemia yang berhubungan dengan kehamilan Peningkatan kadar cairan plasma selama kehamilan mengencerkan darah (hemodilusi), yang dapat tercermin sebagai anemia.

5. Faktor-faktor yang mempengaruhi kadar Hb pada ibu hamil

a. Faktor dasar

Menurut Notoatmodjo (2010), faktor dasar yang mempengaruhi anemia pada ibu hamil yaitu:

1) Pengetahuan ibu hamil

Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang menstimulus terhadap terwujudnya sebuah perilaku kesehatan. Apabila ibu hamil mengetahui dan memahami akibat anemia dan cara mencegah anemia maka akan mempunyai perilaku kesehatan yang baik dengan harapan akan terhindar dari resiko anemia dalam kehamilan. Sebagai besar pengetahuan manusia diperoleh melalui pendidikan, pengalaman orang lain, media massa, dan lingkungan (Notoatmodjo, 2010).

2) Pendidikan

Pendidikan dapat mempengaruhi perilaku seseorang, terutama dalam memotivasi sikap berperan serta dalam perkembangan kesehatan. Semakin tinggi pendidikan seseorang maka akan semakin mudah menerima atau menyesuaikan dengan hal yang baru. Pendidikan mempengaruhi proses belajar sehingga dengan memiliki pengetahuan yang lebih tinggi akan cenderung memperoleh lebih banyak informasi baik dari orang lain maupun dari media masa. Semakin banyak informasi yang didapatkan maka semakin banyak pula pengetahuan yang didapatkan tentang kesehatan. Pendidikan bukan hanya bisa didapat dari pendidikan formal tetapi juga non formal (Notoatmodjo, 2010). Tingkat pendidikan berpengaruh

terhadap pengetahuan yang dimiliki ibu. Pendidikan dapat mengubah pola pikir manusia dalam memilih bahan makanan yang dikonsumsi. Ibu dengan tingkat pendidikan yang memadai dapat memilih makanan sumber zat besi untuk mencegah terjadinya anemia (Budiono, 2009).

3) Faktor sosial – ekonomi

Lingkungan sosial akan mendukung tingginya pengetahuan seseorang, sedangkan ekonomi dikaitkan dengan pendidikan, ekonomi baik maka tingkat pendidikan akan tinggi. (Notoatmodjo, 2010). Faktor sosial ekonomi juga berpengaruh terjadinya anemia. Ibu hamil yang masih mempercayai terhadap pantang-patangan makan yang bisa menghambat terciptanya pola makan sehat bagi ibu hamil. Asupan ibu hamil kurang dikarenakan ada pantangan pada suatu makan akan berdampak pada terjadinya anemia dikarenakan asupan tidak tercukupi dengan baik (Sulistyoningsih, 2011).

b. Faktor langsung Menurut Arisman (2007)

Faktor langsung yang mempengaruhi kadar Hb pada ibu hamil yaitu:

1) Status gizi ibu hamil

Status gizi adalah suatu keadaan keseimbangan dalam tubuh sebagai akibat pemasukan konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi yang digunakan oleh tubuh untuk kelangsungan hidup dalam mempertahankan fungsi-fungsi organ tubuh (Supariasa, dkk, 2001). Status gizi ibu hamil yang buruk akan berdampak bagi ibu dan janin. Ibu hamil yang menderita anemia, sehingga suplai darah yang mengantarkan oksigen dan makanan pada janin akan terhambat, sehingga janin akan mengalami gangguan pertumbuhan dan perkembangan. Oleh karena itu pemantauan gizi ibu hamil sangat penting dilakukan (Maulana, 2010).

2) Penyakit infeksi

Beberapa infeksi penyakit yang beresiko terjadinya anemia antara lain TBC, cacian dan malaria, karena menyebabkan terjadinya penghancuran sel darah merah dan terganggunya

eritrosit. Cacingan dapat menyebabkan malnutrisi dan mengakibatkan anemia. infeksi malaria juga dapat menyebabkan anemia (Nurhidayat, 2013).

3) Perdarahan

Perdarahan merupakan penyebab anemia yang dikarenakan terlampaui banyaknya besi yang keluar dari tubuhnya. pada ibu hamil yang terjadi anemia akan beresiko terjadi pendarahan pada saat persalinan dikarenakan asupan makan dan zat besi selama kehamilan tidak optimal (Arisman, 2007).

c. Faktor tidak langsung

Menurut Arisman (2007), faktor tidak langsung yang mempengaruhi kadar Hb pada ibu hamil yaitu:

1) Frekuensi ANC Antenatal Care (ANC)

ANC adalah pengawasan sebelum persalinan terutama pada pertumbuhan dan perkembangan janin dalam rahim. Pemeriksaan ANC secara rutin akan 19 mendeteksi keadaan anemia ibu akan lebih dini, sebab pada tahap awal anemia pada ibu hamil jarang sekali menimbulkan keluhan bermakna. Keluhan timbul setelah anemia sudah ketahap yang lanjut (Arisman, 2007).

2) Paritas

Paritas adalah jumlah kehamilan yang menghasilkan janin yang mampu hidup diluar rahim. Paritas >3 merupakan faktor terjadinya anemia. Hal ini disebabkan karena terlalu sering hamil dapat menguras cadangan zat gizi tubuh ibu (Arisman, 2007). Ibu hamil dengan paritas tinggi berhubungan dengan kondisi organ reproduksi yang belum pulih ditambah dengan menyusui. Pemulihan organ tubuh memerlukan konsumsi zat besi yang cukup bagi ibu hamil. Apabila ibu hamil belum bisa mengembalikan cadangan zat besi dalam tubuhnya tetapi sudah hamil lagi akan berdampak pada kondisi anemia. Kondisi inilah yang menyebabkan anemia kehamilan pada ibu yang paritas tinggi (Yanti, 2016).

3) **Umur Ibu**

Umur adalah lama waktu hidup atau sejak dilahirkan. Umur sangat menentukan suatu kesehatan ibu, ibu dikatakan beresiko tinggi apabila ibu hamil berusia di bawah 20 tahun dan di atas 35 tahun. (Walyani, 2018). Ibu hamil pada umur terlalu muda (diperlukan untuk pertumbuhan janin. Terjadi kompetisi makanan antar janin dan ibunya sendiri yang masih dalam pertumbuhan dan adanya pertumbuhan hormonal yang terjadi selama kehamilan. Umur ibu hamil di atas 35 tahun lebih cenderung mengalami anemia, hal ini disebabkan karena pengaruh turunya cadangan zat besi dalam tubuh akibat masa fertilisasi (Arisman, 2007).

4) **Jarak kehamilan**

Jarak kehamilan yang terlalu dekat juga dapat mempengaruhi kadar Hb ibu hamil karena belum kembali sempurnanya organ reproduksi ibu untuk menerima janin kembali sehingga dapat mempengaruhi penyerapan nutrisi baik untuk ibu dan untuk janin (Romdhona, 2015).

6. **Pencegahan dan Pengobatan Anemia**

Menurut Arisman 2004, anemia dalam kehamilan dapat dicegah dengan mengonsumsi makanan bergizi seimbang dengan asupan zat besi yang cukup untuk memenuhi kebutuhan tubuh. Ada beberapa pendekatan dasar untuk mencegah anemia antara lain:

- a. Pemberian tablet Fe
- b. Pendidikan dan upaya yang ada kaitannya dengan peningkatan asupan zat besi melalui makanan
- c. Pengawasan penyakit infeksi
- d. Modifikasi makanan pokok dengan zat besi Penanggulangan anemia pada ibu hamil dapat dilakukan dengan cara pemberian tablet Fe serta peningkatan kualitas makanan sehari-hari. Ibu hamil biasanya tidak hanya mendapatkan preparat besi tetapi juga asam folat (Sulistyoningsih, 2011).

3. Alpukat (*Persea americana mill*)

a. Definisi

Alpukat (*Persea americana mill*) merupakan tanaman yang berasal dari daratan tinggi Amerika Tengah dan memiliki banyak varietas yang tersebar di seluruh dunia. Alpukat secara umum terbagi atas tiga tipe: tipe West Indian, tipe guatemalan, dan tipe Mexican. Daging buah berwarna hijau di bagian bawah kulit dan menguning kearah biji. Warna kulit buah bervariasi, warna hijau karena kandungan klorofil atau hitam karena pigmen antosiasin (Lopez, 2002; Andi,2013). Dalam daging buah alpukat terkandung protein, mineral Ca, Fe, vitamin A, B, dan C (Samson,1980; Andi,2013). Dengan kandungan nutrisi yang banyak tersebut maka alpukat dapat dimanfaatkan untuk berbagai kebutuhan dan baik jika dikonsumsi selama masa kehamilan.

Berdasarkan data dari Nutrient Based dari Pusat Data Gizi Amerika Serikat (USDA), Mengonsumsi alpukat memang mendatangkan banyak manfaat bagi ibu hamil, tetapi bukan berarti dapat mengkonsumsinya secara berlebihan. Ibu hamil hanya disarankan mengonsumsi hanya satu alpukat per hari untuk menghindari efek samping yang mungkin bisa saja timbul akibat terlalu banyak makan alpukat.

Kandungan nutrisi alami yang dimiliki oleh buah alpukat merangsang tubuh untuk menghasilkan keping darah sesuai dengan jumlah yang dibutuhkan tubuh. Penanggulangan anemia pada ibu hamil dapat dilakukan dengan cara pemberian tablet Fe serta peningkatan kualitas makanan sehari-hari. Pemberian jus alpukat kepada ibu hamil yang anemia setiap hari selama 14 hari dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin dan setelah diberikan penatalaksanaan dilakukan pemeriksaan kadar Hb sebanyak 3 kali yaitu pre, hari ke-7, dan ke-14 setelah diberikan terapi tablet Fe dan jus alpukat. Kandungan yang terdapat dalam alpukat yaitu zat besi berfungsi untuk pembentukan sel darah merah mencegah dan

mengobati anemia sedangkan vitamin C berfungsi untuk membantu penyerapan zat besi di dalam tubuh.

b. Klasifikasi

Alpukat adalah salah satu jenis buah yang ada di Indonesia yang memiliki taksonomi menurut Herwati, 2014 sebagai berikut:

1. Divisi : Spermatophyta
2. Kelas : Magnoliopsida
3. Ordo : Laurales
4. Famili : Lauraceae
5. Spesies : *Persea Americana* mill

c. Kandungan

Alpukat mengandung lemak nabati yang bermanfaat untuk menurunkan kolesterol LDL (Kolesterol jahat) sehingga berguna untuk mencegah stroke, penyakit jantung, darah tinggi dan kanker. Kandungan lemak nabati tidak dapat menyebabkan seseorang menjadi gemuk. Lemak tak jenuh pada alpukat juga mudah dicerna tubuh sehingga dapat memberikan hasil maksimal pada tubuh. Lemak tak jenuh pada alpukat juga mengandung zat anti bakteri dan anti jamur (Anonim, 2015).

Gambar 2.1
Kandungan Buah Alpukat

Gizi	Kandungan per 100 gram
Protein	0,9 gr
Lemak	6,5 gr
Karbohidrat	7,7 gr
Energi	85 kal
Zat Besi	0,90 mg
Vitamin A	180,0 mcg
Vitamin C	13 mg
Asam Folat	6,2 mg
Kalsium	10,00 mg
Air	84,30 mg

Sumber : Anonim,2008) (Prasetyowati dkk,2010).

Buah alpukat juga mengandung flavonoid yang mampu meningkatkan efektivitas vitamin C dan menguatkan dinding pembuluh darah yang bagus untuk dikonsumsi selama kehamilan. Alpukat memang memiliki kadar lemak cukup tinggi. Namun, total kalori nya tidak tinggi karena kandungan karbohidratnya terbatas, Lemak alpukat termasuk lemak tak jenuh tunggal, sehingga tidak akan menyebabkan naiknya berat badan. Buah alpukat juga penting bagi ibu hamil, kenapa? Karena dengan masalah gula darah yang tinggi ataupun diabetes. Ini berkat karbohidratnya yang rendah selagi menawarkan serat dan lemak sehat yang tinggi.

d. Manfaat

Menurut Irmanida Batubara, metabolit sekunder yang terdapat di daging buah alpukat merupakan tanin merupakan senyawa aktif metabolit sekunder yang mempunyai khasiat sebagai astringent, anti diare, antibakteri, dan antioksidan (Amelia, 2015) Alpukat mempunyai kandungan vitamin C yang bermanfaat sebagai antioksidan dalam tubuh, yang dapat mencegah kerusakan sel akibat aktivitas molekul radikal bebas yaitu senyawa flavonoid yang larut di dalam air (Febrianti, 2016).

1) Manfaat alpukat terhadap hemoglobin

Faktor jumlah kehamilan secara tidak langsung juga mendukung peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil, seperti banyak nya ibu hamil yang sudah mengetahui cara mengkonsumsi tablet tambah darah pada kehamilan sebelumnya, Misalnya tablet tambah darah tidak boleh diminum bersama kopi, teh dan susu karena akan mengurangi absorpsi zat besi non heme. Zat besi sebaiknya diminum di antara waktu makan bersama dengan sumber vitamin C lain.

Penanggulangan anemia pada ibu hamil juga dapat dilakukan dengan cara pemberian tablet besi serta peningkatan kualitas makanan sehari-hari. Zat besi dan folat yang terdapat dalam buah alpukat sangat membantu pembentukan sel darah merah. Buah alpukat juga dapat dapat memantau detak jantung dan menjaga fungsi saraf tubuh agar tetap terjaga. Kandungan nutrisi alami yang dimiliki oleh buah alpukat

merangsang tubuh untuk menghasilkan keping darah sesuai dengan jumlah yang dibutuhkan tubuh. Alpukat juga merupakan buah yang kaya dengan vitamin A. Vitamin A memiliki peran dalam eritropoesis terkait dengan fungsinya mensintesis protein sehingga akan berpengaruh pada pertumbuhan sel tulang, sumsum tulang merupakan tempat pembentukan eritrosit.

Salah satu fungsi lain vitamin A adalah berperan dalam pembentukan sel darah merah melalui interaksinya dengan mineral Fe sehingga mencegah terjadi anemia. Vitamin lain yang terkandung di buah alpukat adalah vitamin C. Peran vitamin C dalam pembentukan eritrosit terkait dengan fungsi vitamin C yang mempercepat penyerapan mineral Fe dari mukosa usus halus dan memindahkannya ke dalam aliran darah menuju sumsum tulang yang selanjutnya digunakan untuk membentuk hemoglobin. Vitamin C berperan untuk mereduksi ion feri menjadi ion fero dalam usus halus (duodenum) sehingga dapat lebih mudah diserap.

Absorpsi terutama terjadi di bagian atas usus halus dengan bantuan alat angkut protein khusus, yaitu transferin dan feritin. Mineral Fe dalam bentuk feritin akan mengendap pada pH 7 di dalam usus halus, kecuali dalam bentuk terlarut seperti ion fero. Vitamin C juga merupakan salah satu antioksidan yang memiliki peranan untuk menjaga dan memelihara keutuhan membran eritrosit. Membran eritrosit kaya akan asam lemak tidak jenuh yang rentan terhadap peroksidasi lipid sehingga menyebabkan ketidakstabilan membran yang kemudian akan membuat sel menjadi lisis. Kandungan zat besi dapat mensintesis pembentukan heme yang dapat memacu kadar hemoglobin. Kandungan protein, karbohidrat dan lemak pada buah alpukat mendukung proses sintesis hemoglobin. Karbohidrat dan lemak membentuk suksinil CoA yang selanjutnya bersama glisin akan membentuk protoporfirin melalui serangkaian proses porfirinogen. Protoporfirin yang terbentuk selanjutnya bersama molekul heme dan protein globin membentuk hemoglobin.

Menurut Penelitian Tri Putri Ageng Utami, 2019. dengan mengonsumsi buah alpukat yang memiliki banyak kandungan zat besi dan vitamin C yang diketahui sangat baik untuk peningkatan sel darah merah yang ada dalam tubuh akan membantu mencegah anemia dan juga dapat mengobatinya sehingga komplikasi akibat anemia pada kehamilan dapat diatasi. Zat besi merupakan unsur vital dalam pembentukan hemoglobin. Berdasarkan penelitian yang lain, kandungan Alpukat memiliki nutrisi penting yaitu vitamin C, vitamin E, vitamin K, zat besi, asam folat, kalium dan kadar kalori dan lemak yang cukup tinggi yang bermanfaat sebagai sumber energy (Noormindhawati, 2016). Zat besi yang dikandung dalam alpukat bermanfaat untuk pembentukan sel darah merah, meningkatkan aliran oksigen keseluruh tubuh, mencegah dan mengobati anemia. (Susanto, 2018). Vitamin C dapat membantu tubuh untuk menyerap zat besi dan kalsium (Sunardi, 2017). Vitamin C dapat mengikat zat besi yang ada di dalam tablet Fe.

Kandungan zat besi dan vitamin C pada alpukat dapat mencegah atau mengobati anemia. Kandungan asam folat pada buah alpukat juga terbilang cukup tinggi, mengonsumsi 1 buah alpukat berukuran sedang memberikan 114 mg / 30 % dari kebutuhan harian tubuh akan asam folat. Asam folat berguna untuk mencegah bayi lahir cacat serta membantu perkembangan otak dan tulang belakang pada janin. Kurangnya asam folat ini akan mempengaruhi pembentukan fungsi otak, sumsum tulang belakang dan saraf sehingga mengakibatkan bayi lahir cacat. Jika pasokan asam folat tidak mencukupi kebutuhan janin maka janin akan mengambil nutrisi dari cadangan sang ibu, hal ini akan berdampak buruk bagi kesehatan sang ibu. Selain susah tidur, ibu juga akan dapat terkena anemia.

Menurut Nilam 2018 Kelebihan besi disimpan di dalam hati, sumsum tulang belakang, serta di dalam limpa dan sistem retikuloendotelial. Apabila simpanan besi cukup maka kebutuhan untuk pembentukan sel darah merah dalam sumsum tulang akan selalu

terpenuhi. Namun, apabila jumlah simpanan zat besi berkurang dan jumlah zat besi yang diperoleh dari makanan juga rendah maka akan terjadi ketidakseimbangan zat besi di dalam tubuh, akibatnya kadar hemoglobin menurun di bawah batas normal yang disebut sebagai anemia gizi besi. Peningkatan kadar Hb pada ibu hamil trimester I dapat dilakukan pengkonsumsian tablet Fe serta jus alpukat kepada ibu hamil trimester I setiap hari selama 14 hari karena alpukat kaya akan zat besi dan vitamin C yang bermanfaat bagi ibu hamil.

Cara umum untuk membuat jus alpukat untuk dikonsumsi dengan baik untuk kebugaran dan kesehatan menurut (Ratu Hani & J. Edward, 2016) untuk dikonsumsi ibu hamil dengan baik yaitu siapkan 1 buah alpukat atau 200 gram buah alpukat yang sudah dipotong, serta dibutuhkan beberapa alat yaitu blender, wadah plastik yang memiliki penutup. Lalu cara pembuatannya, Bersihkan alpukat dari kulit dan bijinya, lalu potong buah alpukat menjadi beberapa bagian, setelah itu blender buah alpukat yang sudah disiapkan dan tambahkan air sebanyak 100 ml lalu blender selama 1-2 menit, dengan dosis 250 ml sekali pemberian selanjutnya masukkan ke wadah plastik yang memiliki penutup dan praktis untuk dibawa, setelah selesai jus alpukat sudah siap disajikan dan dikonsumsi.

B. Kewenangan Bidan Terhadap Kasus Tersebut

1. Kepmenkes No. 1464/MENKES/PER/X/2010

Pasal 10

1. Pelayanan kesehatan ibu sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 huruf a diberikan pada masa pra hamil, kehamilan, masa persalinan, masa nifas, masa menyusui dan masa antara dua kehamilan.
2. Pelayanan kesehatan ibu sebagaimana dimaksud pada ayat (1) meliputi:
 - a. Pelayanan konseling pada masa pra hamil
 - b. Pelayanan antenatal pada kehamilan normal
 - c. Pelayanan persalinan normal

- d. Pelayanan ibu nifas normal
- e. Pelayanan ibu menyusui; dan
- f. Pelayanan konseling pada masa antara dua kehamilan

Bidan dalam memberikan pelayanan sebagaimana dimaksud pada ayat (2) berwenang untuk :

- a. Episiotomi
- b. Penjahitan luka jalan lahir tingkat I dan II
- c. Penanganan kegawatdaruratan, dilanjutkan dengan rujukan
- d. Pemberian tablet Fe pada ibu hamil
- e. Pemberian vitamin A dosis tinggi pada ibu nifas
- f. Fasilitas/bimbingan insisiasi menyusui dini dan promosi air susu ibu eksklusif
- g. Pemberian uteronika pada manajemen aktif kala tiga dan postpartum
- h. Penyuluhan dan konseling
- i. Bimbingan pada kelompok ibu hamil
- j. Pemberian surat keterangan kematian dan pemberian surat keterangan cuti bersalin

2. Standar Pelayanan Kebidanan

Standar 6 : Pengelolaan Anemia pada Kehamilan

Tujuan: Menemukan anemia pada kehamilan secara dini, dan melakukan tindak lanjut yang memadai untuk mengatasi anemia sebelum persalinan berlangsung. Bidan melakukan tindakan pencegahan, penemuan, penanganan, dan atau rujukan semua kasus anemia pada kehamilan sesuai dengan ketentuan yang berlaku (Walyani, E.S 2015)

C. Hasil Penelitian Terkait

Dalam melakukan penyusunan proposal tugas akhir ini, penulis terinspirasi dari penelitian-penelitian yang telah dilakukan sebelumnya yang berkaitan dengan latar belakang masalah laporan tugas akhir, antara lain :

1. Penelitian yang dilakukan oleh ida ayu kadek pada tahun 2013 dengan judul “Hubungan Konsumsi Tablet Besi (Fe) dan Jus Alpukat dengan kejadian anemia dibidan praktek swasta nengah astiti sidorejo lampung”

Hasil Penelitian :

Menyatakan dari hasil penelitiannya Analisis bivariat dalam penelitian ini untuk mengetahui adanya hubungan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia di BPS Nengah AstitiSidorejo Lampung Timur tahun 2013. Berdasarkan tabel 1 diatas dapat diketahui bahwa dari 18 responden dengan konsumsi tablet Fe kategori konsumsi < 90 tablet ada sebanyak 12 responden (66,7%) yang anemia, sedangkan pada responden dengan konsumsi tablet Fe kategori konsumsi ≥ 90 tablet dari 12 orang ada sebanyak 10 responden (83,3%) yang tidak anemia. Hasil uji statistic Chi square di dapat nilai p value < dari α ($0,007 < 0,05$) yang artinya H_0 ditolak, ada hubungan yang signifikan antara Hubungan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia Di BPS Nengah AstitiSidorejo Lampung Timur tahun 2013 .OR didapat 10,000 yang berarti responden dengan konsumsi < 90 tablet beresiko 10,000 kali lebih besar untuk terkena anemia dibandingkan dengan responden yang mengkonsumsi ≥ 90 tablet. Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa dari 18 responden dengan konsumsi tablet Fe kategori konsumsi < 90 tablet ada sebanyak 12 responden (66,7%) yang anemia.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Feriyal,S.ST.,M.Tr.Keb, 2017 “Pengaruh Pemberian Jus Alpukat (Persea Americana [Mill]) Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil TM II di Puskesmas Sindang Kabupaten Indramayu”

Hasil Penelitian :

Hasil penelitian ini yaitu kadar Hb rata-rata kelompok kontrol ($p=0,441$) sedangkan intervensi ($p=0,023$). Untuk jumlah eritrosit rata-rata pada kelompok kontrol ($p=1,000$) sedangkan intervensi ($p=0,043$). Simpulan penelitian ini adalah terdapat pengaruh positif pemberian jus alpukat selama 14 hari terhadap peningkatan kadar HB rata-rata.

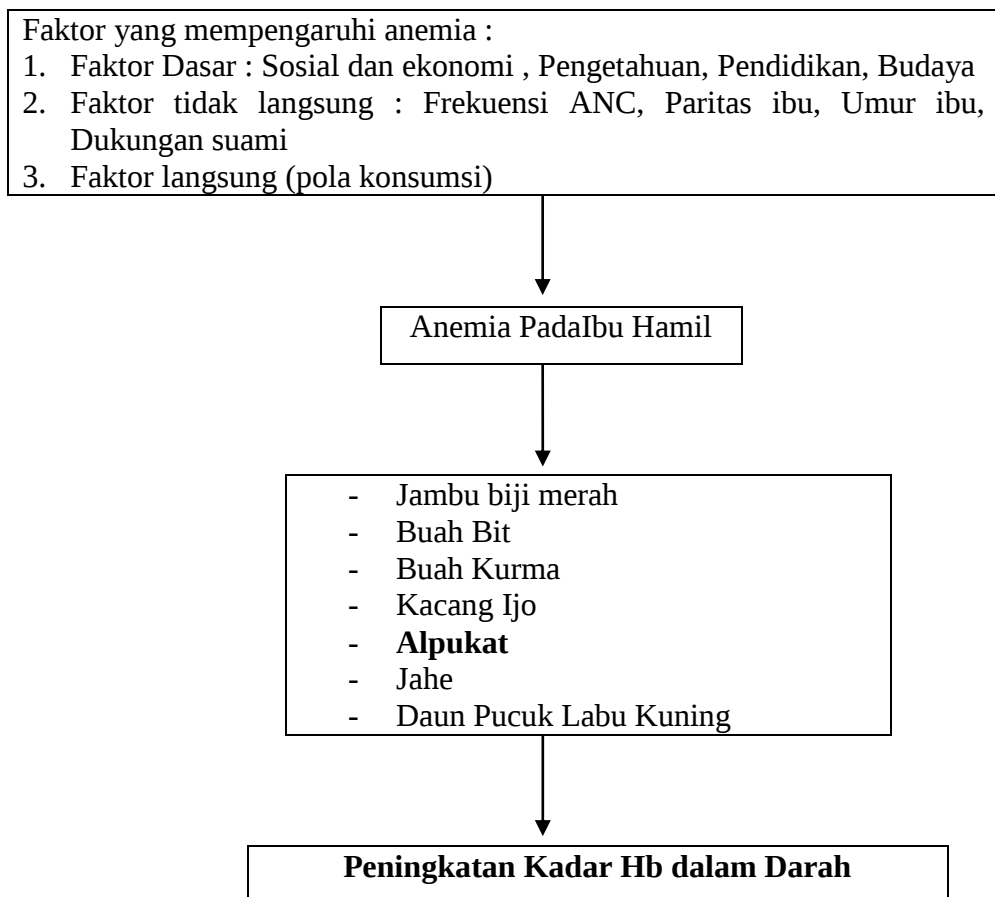
3. Penelitian yang dilakukan oleh Tri Putri Ageng Utami, 2019 “ Pengaruh Pemberian Tablet Fe + Jus Avokad (Persiana Americana Mill) Terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Trimester I di PMB Suryani Kecamatan Medan Johor”

Hasil Penelitian :

Hasil penelitian menunjukkan kenaikan rata-rata kadar hemoglobin ibu sebelum mendapat perlakuan intervensi adalah 0,8gr dan sesudah dilakukan perlakuan kenaikan kadar hemoglobin ibu adalah 0,87gr. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa kadar hemoglobin ibu meningkat. Dibarengi pemberian tablet Fe 60mg/hari dapat menaikkan kadar hemoglobin sebanyak 1,3gr% per bulan.

D. Kerangka Teori

Gambar 2.2



Kerangka Teori modifikasi Varnery 2007, Wirakusumah, 1999