

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Anemia Kehamilan

1. Definisi Kehamilan

Kehamilan adalah proses yang terjadi dari pembuahan sampai kelahiran. Proses ini dimulai dari sel telur yang dibuahi oleh sperma, lalu tertanam di dalam lapisan rahim, dan kemudian menjadi janin.

Kehamilan terjadi selama 40 minggu, yang terbagi ke dalam tiga trimester yaitu:

- a. Trimester pertama (0-13 minggu): struktur tubuh dan sistem organ bayi berkembang. Kebanyakan keguguran dan kecacatan lahir muncul selama periode ini.
- b. Trimester kedua (14-26 minggu): tubuh bayi terus berkembang dan Anda dapat merasakan pergerakan pertama bayi.
- c. Trimester ketiga (27-40 minggu): bayi berkembang seutuhnya.

Pada beberapa kasus, bayi bisa bertahan di dalam rahim sampai minggu ke-42. Namun janin harus segera dikeluarkan karena bisa menimbulkan masalah kesehatan, seperti bayi menelan air ketuban (aspirasi mekonium).

2. Tanda-Tanda Dan Gejala Kehamilan

Waktu kehamilan bisa berbeda-beda antarcalon ibu hamil. Gejala kehamilan bisa segera dirasakan atau mungkin muncul dalam beberapa minggu setelah berhubungan seks terakhir kali. Setiap wanita pun bisa saja mengalami tanda hamil yang berbeda dengan lainnya. Namun umumnya, setelah berhubungan intim menunjukkan ciri-ciri hamil, seperti :

- a. Telat haid
- b. Mual dan muntah (*morning sickness*)
- c. Payudara nyeri dan puting menggelap
- d. Kram perut
- e. Perut kembung

- f. Lebih emosional
- g. Ngidam
- h. Keluar bercak darah dari vagina (perdarahan implantasi)
- i. Merasa cepat lelah
- j. Sering buang air kecil

Sering kencing menjadi tanda kehamilan yang paling konsisten muncul di sepanjang usia kehamilan. Ini diakibatkan oleh perkembangan rahim dari trimester pertama sampai ketiga yang akan menekan kandung kemih.

Kehamilan baru dapat terdeteksi secara akurat oleh alat setidaknya 10 hari setelah telat haid.

Ini karena selama rentang waktu tersebut, tubuh Anda sudah mulai melepaskan hormon human chorionic gonadotropin (HCG)

hCG adalah hormon khusus dalam urin atau darah yang hanya ada ketika hamil. Sebab HCG hanya diproduksi setelah sel telur yang sudah dibuahi tertanam pada dinding rahim.

Seterusnya, jumlah HCG akan meningkat setiap hari sepanjang masa hamil.

Ada dua cara melakukan tes hamil yang bisa dilakukan ibu hamil, yakni:

- a. *Test pack*
- b. USG
- c. Tes darah untuk melihat hormon hCG pada darah ibu hamil.

Namun tes darah jarang dilakukan dan bila ingin bertanya, konsultasikan dengan dokter.

Proses terjadinya

3. Proses terjadinya kehamilan

Kehamilan terjadi ketika sel telur dibuahi oleh sperma lalu tertanam di dalam lapisan rahim dan kemudian menjadi janin. Janin berkembang selama sekitar 40 minggu.

Kehamilan dimulai dari pertemuan antara sperma dan sel telur ketika pria dan wanita berhubungan intim. Berikut ini tahapan berbagai proses pembuahan hingga Anda menjadi ibu hamil, seperti:

a. Hubungan seks

Pada saat berhubungan intim, pria yang ejakulasi akan mengeluarkan air mani yang mengandung sperma di dalam vagina.

Setelah masuk, sperma mulai berenang menyusuri leher rahim wanita sampai ke dalam rahim untuk mencari sel telur yang siap dibuahi sehingga terjadi kehamilan atau pembuahan.

Sel telur wanita dihasilkan oleh indung telur alias ovarium. Ketika usianya sudah cukup matang, sel telur akan keluar dari ovarium dan berjalan turun ke rahim melewati saluran tuba falopi. Ini adalah bagian dari proses ovulasi.

Jika sperma berhasil bertemu sel telur di tengah perjalanannya, pembuahan bisa terjadi.

b. Pembuahan

Sperma yang mampu berenang sangat cepat dapat bertemu dengan sel telur dalam waktu 45 menit hingga 12 jam.

Namun, pada tahap ini kehamilan belum tentu ada karena proses kehamilan belum sepenuhnya terjadi.

Satu sel telur bisa saja didekati oleh ratusan hingga ribuan sperma sekaligus, tapi hanya sperma yang paling kuatlah yang bisa menembus dinding terluar sel telur. Jika sperma sudah berhasil masuk sampai inti sel telur, selanjutnya sel telur akan membuat benteng untuk mencegah sperma lain masuk.

Sementara itu, sperma “pemenang” dan sel telur kemudian bergabung menjadi satu. Proses ini dinamakan sebagai pembuahan atau konsepsi.

c. Implantasi

Setelah sperma dan sel telur bersatu, materi ini akan bergerak dari tuba falopi menuju rahim sembari membelah diri menjadi banyak. Selama perjalanannya, materi tersebut akan membentuk sebuah bola kecil bernama blastokista yang berisi kurang lebih 100 sel berbeda.

Blastokista umumnya akan sampai ke rahim sekitar 3-4 hari setelah pembuahan. Namun, blastokista juga bisa mengapung dulu di rahim selama 2-3 hari sebelum akhirnya menemukan dinding rahim untuk menempel.

Ketika blastokista sudah menempel di dinding rahim, proses ini dinamakan sebagai implantasi.

Di sinilah proses kehamilan secara resmi dimulai. Namun, Anda belum bisa resmi dikatakan sebagai ibu hamil pada tahap ini.

4. Definisi Anemia

Menurut World Health Organization (WHO) mendefinisikan anemia kehamilan sebagai kadar hemoglobin kurang dari 11gr atau kurang dari 33% pada setiap waktu pada kehamilan yang mempertimbangkan hemodilusi yang normal terjadi dalam kehamilan dimana kadar hemoglobin kurang dari 11 gr pada trimester pertama (Atikah Proverawati, 2018; 82).

5. Gejala Anemia

Gejala anemia secara umum adalah cepat lelah, pucat (kulit, bibir, gusi, mata, kulit kuku, dan telapak tangan), jantung berdenyut kencang saat melakukan aktivitas ringan, napas pendek, nyeri dada, pusing dan mata berkunang, cepat marah, dan tangan dan kaki

6. Jenis-jenis Anemia

a. Anemia gizi besi

Kekurangan pasokan zat gizi besi (Fe) yang merupakan inti molekul hemoglobin sebagai unsur utama sel darah merah. Akibat anemia gizi besi terjadi

pengecilan ukuran hemoglobin, kandungan hemoglobin rendah, serta pengurangan jumlah sel darah merah. Anemia zat besi biasanya ditandai dengan menurunnya kadar Hb total di bawah nilai normal (hipokromia) dan ukuran sel darah merah lebih kecil dari normal (mikrositosis). Tanda-tanda ini biasanya akan mengganggu metabolisme energi yang dapat menurunkan produktivitas.

Serum ferritin merupakan petunjuk kadar cadangan besi dalam tubuh. Pemeriksaan kadar serum ferritin sudah rutin dikerjakan untuk menentukan diagnosis defisiensi besi, karena terbukti bahwa kadar serum ferritin sebagai indikator paling dini menurun pada keadaan bila cadangan besi menurun. Dalam keadaan infeksi kadarnya dipengaruhi, sehingga dapat mengganggu interpretasi keadaan sesungguhnya.

Pemeriksaan kadar serum ferritin terbukti sebagai indikator paling dini, yaitu menurun pada keadaan cadangan besi tubuh menurun. Pemeriksaannya dapat dilakukan dengan metode immunoradiometric assay (IRMA) dan enzyme linked immunosorbent assay (ELISA). Ambang batas atau cut off kadar ferritin sangat bervariasi bergantung metode cara memeriksa yang digunakan atau ketentuan hasil penelitian di suatu wilayah tertentu.

b. Anemia gizi vitamin E

Anemia defisiensi vitamin E dapat mengakibatkan integritas dinding sel darah merah menjadi lemah dan tidak normal sehingga sangat sensitif terhadap hemolisis (pecahnya sel darah merah). Karena vitamin E adalah faktor esensial bagi integritas sel darah merah.

c. Anemia gizi asam folat

Anemia gizi asam folat disebut juga anemia megaloblastik atau makrositik; dalam hal ini keadaan sel darah merah penderita tidak normal dengan ciri-ciri bentuknya lebih besar, jumlahnya sedikit dan belum matang. Penyebabnya adalah kekurangan asam folat dan vitamin B12. Padahal kedua zat itu diperlukan dalam pembentukan nukleoprotein untuk proses pematangan sel darah merah dalam sumsum tulang.

d. Anemia gizi vitamin B12

Anemia ini disebut juga pernicious, keadaan dan gejalanya mirip dengan anemia gizi asam folat. Namun, anemia jenis ini disertai gangguan pada sistem alat pencernaan bagian dalam. Pada jenis yang kronis bisa merusak sel-sel otak dan asam lemak menjadi tidak normal serta posisinya pada dinding sel jaringan saraf berubah. Dikhawatirkan, penderita akan mengalami gangguan kejiwaan.

Vitamin ini dikenal sebagai penjaga nafsu makan dan mencegah terjadinya anemia (kurang darah) dengan membentuk sel darah merah. Karena peranannya dalam pembentukan sel, defisiensi kobalamin bisa mengganggu pembentukan sel darah merah, sehingga menimbulkan berkurangnya jumlah sel darah merah. Akibatnya, terjadi anemia. Gejalanya meliputi kelelahan, kehilangan nafsu makan, diare, dan murung. Defisiensi berat B12 potensial menyebabkan bentuk anemia fatal yang disebut Pernicious anemia.

Kebutuhan tubuh terhadap vitamin B12 sama pentingnya dengan mineral besi. Vitamin B12 ini bersama-sama besi berfungsi sebagai bahan pembentukan darah merah. Bahkan kekurangan vitamin ini tidak hanya memicu anemia, melainkan dapat mengganggu sistem saraf. Kekurangan vitamin B12 dapat terjadi karena gangguan dari dalam tubuh kita sendiri atau sebab luar. Saluran cerna akan menyerap semua unsur gizi dalam makanan, termasuk vitamin B12. Kekurangan vitamin B12 seseorang kurang darah (anemia). ditandai dengan diare, lidah yang licin. Asam folat dapat diperoleh dari daging, sayuran berwarna hijau, dan susu. Gizi buruk (malnutrisi) merupakan penyebab utamanya. Anemia jenis ini juga berkaitan dengan pengerutan hati (sirosis). Sirosis hati menyebabkan cadangan asam folat di dalamnya menjadi sedikit sekali. Kekurangan asam folat juga dapat menyebabkan gangguan kepribadian dan hilangnya daya ingat. Gejala-gejalanya hampir sama dengan gejala kekurangan vitamin B12. Gejala-gejala neurologis lainnya juga dapat timbul jika sudah parah. Anemia jenis ini erat kaitannya dengan gizi seseorang. Karenanya, penanganan anemia pun berkaitan dengan masalah gizi. Konsumsi daging, sayuran hijau, dan susu yang memadai akan sangat membantu.

e. Anemia gizi vitamin B6

Anemia ini disebut juga siderotic. Keadaannya mirip dengan anemia gizi besi, namun bila darahnya diuji secara laboratoris, serum besinya normal. Kekurangan vitamin B6 akan mengganggu sintesis (pembentukan) hemoglobin¹³.

7. Penyebab Anemia

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. Ada 3 penyebab anemia, yaitu:

A. Defisiensi zat gizi

1. 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.
2. Pada penderita penyakit infeksi kronis seperti TBC, HIV/AIDS, dan keganasan seringkali disertai anemia, karena kekurangan asupan zat gizi atau akibat dari infeksi itu sendiri.
3. Perdarahan karena kecacingan dan trauma atau luka yang mengakibatkan kadar Hb menurun.
4. Perdarahan karena menstruasi yang lama dan berlebihan
- 3) Hemolitik
5. Perdarahan pada penderita malaria kronis perlu diwaspadai karena terjadi hemolitik yang mengakibatkan penumpukan zat besi (hemosiderosis) di organ tubuh, seperti hati dan limpa.
6. Pada penderita Thalasemia, kelainan darah terjadi secara genetik yang menyebabkan anemia karena sel darah merah/eritrosit cepat pecah, sehingga mengakibatkan akumulasi zat besi dalam tubuh¹⁴.

8. Cara mengatasi anemia pada ibu hamil

Untuk mengatasi anemia dalam kehamilan, berikut beberapa hal yang perlu dilakukan, yaitu:

A. Makan makanan bernutrisi khusus

Dokter mungkin menyarankan agar Anda mengonsumsi makanan bernutrisi dan bergizi tinggi, khususnya yang kaya zat besi dan asam folat setiap hari. Mulanya Anda hanya akan membutuhkan tambahan 0,8 mg zat besi per hari di trimester pertama, hingga 7,5 mg per hari pada trimester ketiga.

Sementara itu, peningkatan asupan asam folat per trimester biasanya berkisar dari 400 – 600 mcg per hari, tergantung anjuran dokter. Melansir dari laman American Pregnancy Association, makanan yang termasuk tinggi zat besi untuk mengatasi anemia pada ibu hamil, yaitu:

1. Daging (sapi atau unggas) rendah lemak yang dimasak matang
2. Makanan laut seperti ikan, cumi, kerang, dan udang yang dimasak matang
3. Telur yang dimasak matang
4. Sayuran hijau, misalnya bayam dan kangkung
5. Kacang polong
6. Produk susu yang telah dipasteurisasi
7. Kentang
8. Gandum

B. Mengonsumsi vitamin C lebih banyak

Kondisi ini diatasi dengan mengonsumsi sayur dan buah tinggi vitamin C, seperti jeruk, stroberi, kiwi, brokoli, kembang kol, tomat, dan paprika.

Vitamin C membantu tubuh menyerap zat besi dari makanan secara lebih efisien. Kebutuhan vitamin C harian juga dapat dipenuhi dengan minum suplemen vitamin C, tetapi sebaiknya konsultasikan dulu ke dokter agar pengobatan terkontrol dengan baik. Namun, mencukupi asupan gizi dari makanan saja

mungkin tidak akan cukup buat ibu hamil. Maka, Anda perlu melakukan langkah selanjutnya untuk mengurangi risiko.

C. Minum suplemen

Sebagai langkah awal pengobatan anemia pada ibu hamil, dokter akan menyarankan Anda untuk mulai minum suplemen zat besi, vitamin B12, dan asam folat sebagai tambahan vitamin prenatal.

Minum dosis pertama suplemen sebaiknya di pagi hari agar tidak memperparah sensasi mual muntah karena *morning sickness*, ditambah akibat anemia pada ibu hamil.

Jika harus diminum setelah makan, tunggu satu jam dulu baru telan vitamin Anda agar tidak merasa mual.

Ibu hamil juga bisa minum suplemen sebelum tidur untuk mengurangi risiko mual setelahnya. Jangan lupa minum banyak air setelah menelan vitamin untuk mengurangi anemia pada wanita hamil.

CDC merekomendasikan, ibu hamil yang memiliki anemia untuk mengonsumsi suplemen besi sebanyak 30 mg per hari sejak cek kandungan pertama kali untuk mencegah anemia defisiensi besi.

Sementara untuk suplemen folat anemia pada wanita hamil, WHO dan Kemenkes RI merekomendasikan minum dosisnya sebanyak 400 mcg/hari. Sebaiknya hal ini dilakukan sesegera mungkin begitu akan merencanakan kehamilan dan terus dilanjutkan sampai 3 bulan setelah melahirkan.

B. Daun Pucuk Labu Kuning

Tanaman labu kuning (waluh) merupakan suatu jenis buah yang termasuk kedalam familia Cucurbitaceae, termasuk tanaman semusim yang sekali berbuah langsung mati. Labu kuning salah satu tanaman yang mudah dalam pembibitan, perawatan, dan hasilnya cukup memberikan nilai ekonomis yang tinggi kepada masyarakat. Labu kuning banyak dibudidayakan di negara Afrika, Amerika, India

dan Cina. Labu kuning biasanya tumbuh pada dataran rendah maupun tinggi, ketinggian tempat antara 0 m-1500 m diatas permukaan laut. Di Jawa Barat labu kuning disebut dengan “ Labu Parang”, karena tanaman tersebut merupakan tanaman tahunan yang menjalar (merambat) dengan perantara alat yang berbentuk pipih, batangnya cukup kuat dan panjang terdapat bulu-bulu yang agak tajam (Heliyani, 2012).

Pucuk daun labu kuning mengandung zat yang berfungsi memperlancar sirkulasi oksigen dalam darah, salah satunya yaitu mengandung zat besi dimana di perlukan untuk pembentukan hemoglobin darah. Vitamin C dan Vitamin A yang memiliki khasiat sebagai antioksidan. Vitamin C juga membantu proses penyerapan zat besi, sehingga pucuk labu ini bisa dijadikan sebagai salah satu alternatif makanan yang digunakan ibu dalam meningkatkan kadar hemoglobin. Hal ini didukung oleh United States Department Of Agricultur yaitu kandungan dari daun labu yang telah di rebus yaitu energi 21 kcal, air, 92 g, protein 2,73 g, karbohidrat 3,39 g, serat 2,7 g, kalsium 43 mg, zat besi 3,20 mg, vitamin c 1,0 mg, vitamin a 1600 iu, thiamin 0.068 mg, niacin 0,850 mg, asam folat 25 µg. Menurut asumsi peneliti, pucuk daun labu kuning mengandung zat yang berfungsi memperlancar sirkulasi oksigen dalam darah, salah satunya yaitu mengandung zat besi dimana di perlukan untuk pembentukan hemoglobin darah. Vitamin C dan Vitamin A yang memiliki khasiat sebagai antioksidan. Vitamin C juga membantu proses penyerapan zat besi, sehingga diharap kan dapat membantu peningkatan kadar hemoglobin darah

C. Kewenangan Bidan Terhadap Kasus Kehamilan

Sebagai seorang bidan dalam memberikan asuhan harus berdasarkan aturan atau hukum yang berlaku, sehingga penyimpangan terhadap hukum (mal praktik) dapat dihindarkan dalam memberikan asuhan kebidanan pada ibu hamil dengan anemia sedang, landasan hukum yang digunakan diantaranya:

A. Permenkes No.28 tahun 2017

1. Pasal 19 ayat (1), Bidan dalam menjalankan praktek berwenang untuk memberikan pelayanan yang meliputi pelayanan kesehatan ibu yang berkaitan dengan masa prahamil, kehamilan, masa nifas, masa menyusui,

dan masa antar dua kehamilan Pelayanan kesehatan ibu sebagaimana dimaksud ayat (1) meliputi :

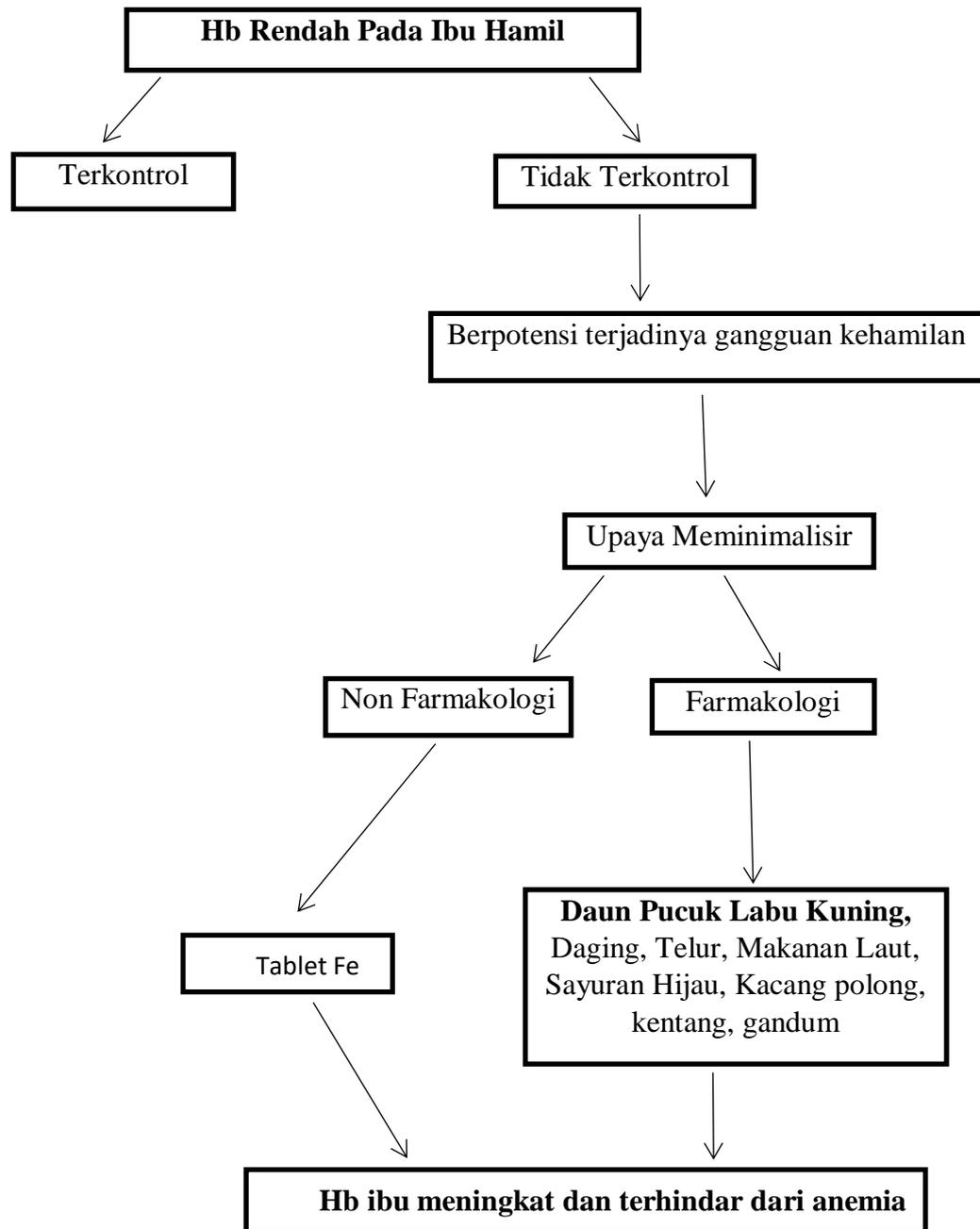
- a. Konseling pada masa sebelum hamil;
 - b. Antenatal pada kehamilan normal;
 - c. Persalinan normal;
 - d. Ibu nifas normal;
 - e. Ibu menyusui; dan
 - f. Konseling pada masa antara dua kehamilan.
2. Pasal 25 ayat (1), Bidan menjalankan kewenangan berdasarkan program pemerintah sebagaimana dimaksud dalam Pasal 23 ayat (1) huruf a, meliputi:
- a. Pemberian pelayanan alat kontrasepsi dalam rahim dan alat kontrasepsi bawah kulit;
 - b. Asuhan antenatal terintegrasi dengan intervensi khusus penyakit tertentu;
 - c. Penanganan bayi dan anak balita sakit sesuai dengan pedoman yang ditetapkan;
 - d. Pemberian imunisasi rutin dan tambahan sesuai program pemerintah;
 - e. Melakukan pembinaan peran serta masyarakat di bidang kesehatan ibu dan anak, anak usia sekolah dan remaja, dan penyehatan lingkungan;
 - f. Pemantauan tumbuh kembang bayi, anak balita, anak pra sekolah dan anak sekolah;
 - g. Melaksanakan deteksi dini, merujuk, dan memberikan penyuluhan terhadap Infeksi Menular Seksual (IMS) termasuk pemberian kondom, dan penyakit
- B. Permenkes No. 97 Tahun 2014
1. Pasal 6 ayat 2 menyebutkan bahwa Pemeriksaan status gizi harus dilakukan terutama untuk menanggulangi masalah Kurang Energi Kronis (KEK), dan pemeriksaan status anemia.

2. Pasal 12 ayat (1), Pelayanan Kesehatan Masa Hamil bertujuan untuk memenuhi hak setiap ibu hamil memperoleh pelayanan kesehatan yang berkualitas sehingga mampu menjalani kehamilan dengan sehat, bersalin dengan selamat, dan melahirkan bayi yang sehat dan berkualitas.

D. Hasil Penelitian Terkait

1. Nur Alfi Fuziah (2021) “Konsumsi Rebusan Daun Pucuk Labu Kuning untuk Meningkatkan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Trimester III Dengan Gangguan Anemia” didapatkan nilai p value pada kelompok intervensi sebesar $0.000 < 0.05$, maka dapat disimpulkan ada pengaruh pemberian daun pucuk labu kuning sebanyak 75 gr/hari selama 14 hari berturut-turut terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III dengan anemia di wilayah kerja Puskesmas Tanjung Agung Kabupaten Lampung Selatan tahun 2021.
2. Dini Aprilia (2021) ”Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Pucuk Labu Kuning Terhadap Kadar Hb Pada Ibu Hamil” didapatkan hasil Kadar Hb pada kelompok Pre-Test adalah 10,4 gr%. Kadar Hb pada kelompok Post-Test adalah 11,8 gr%. Ada pengaruh yang bermakna antara kadar Hb Kelompok Pre-Test dan kelompok post-test, dengan p-value 0,000 ($p < 0,05$).
3. Rulfia Desi Maria , Ayu Devi (2019) “Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Pucuk Labu Kuning Terhadap Peningkatan Kadar Hb Ibu Hamil Trimester III” didapatkan hasil rata-rata peningkatan kadar hemoglobin pada kelompok intervensi adalah 0,543, dan rata-rata peningkatan kadar hemoglobin pada kelompok kontrol 0,414. Hasil uji statistik Independent sample T-Test di dapatkan nilai $p = 0,037$ ($0,037 < 0,05$) menunjukkan adanya perbedaan rata-rata kenaikan kadar hemoglobin kelompok intervensi dengan kelompok kontrol pada ibu hamil TM III.

E. KERANGKA TEORI



Sumber : Sarwono, Zuhrawati, Dkk. 2015.